RADU TEODORSESCU

CULTUL DISCIPLINEI ÎN SPIRITUALITATEA CREŞTIN ORTODOXĂ

Cugir 2024

CUPRINS

INTRODUCERE

Disciplina este o temă pe care voim să o abordăm în cuprinsul acestei cărţi fiindcă ea este din ce în ce mai ignorată în zilele noastre. Cine este disciplinat trebuie să ştim că este un om de succes. Dacă în societatea laică nu se pune prea mult accent pe disciplină în zilele noastre – fiindcă se consideră că ea încalcă libertatea persoanei – ei bine în lumea religioasă disciplina este una care domină. Toate religiile au propriul lor gen de disciplină. Este vorba de disciplină care este proprie religiei respective şi care trebuie să fie respectată de adepţi. Cu privire la disciplina citirii Psaltirii în creştinismul ortodox părintele Teofil Pârâian ne spunea: „să ne îmbogățim cu gândurile sfinte din dumnezeieștile slujbe, din dumnezeiasca *Scriptură* și să le avem totdeauna la îndemână, ca mintea noastră, care e ca o moară și macină ce bagi în moară, tot așa mintea noastră să primească numai gânduri bune și să aibă numai gânduri după voia lui Dumnezeu.

În *Filocalia* volumul al IV-lea este o scriere care se numește „Despre Avva Filimon”. În această scriere despre Avva Filimon se spune între altele că Avva Filimon – care era un pustnic – a fost întrebat de ucenicul său: „Părinte, de ce dintre toate cărțile *Scripturii* cel mai mult se citește *Psaltirea?*”. Și Cuviosul a răspuns: „Frate, așa de mult mi s-au întipărit în minte gândurile din psalmi, încât parcă eu le-aș fi făcut, parcă de la mine ar fi pornit aceste gânduri”. Așa trebuie să ajungem și noi, să ne îmbogățim cu gândurile sfinte din dumnezeieștile slujbe, din dumnezeiasca *Scriptură* și să le avem totdeauna la îndemână, ca **mintea noastră, care e ca o moară și macină ce bagi în moară, tot așa mintea noastră să primească numai gânduri bune și să aibă numai gânduri după voia lui Dumnezeu**.”[1]

Dacă este să reducem disciplina creştin ortodoxă la esenţial trebuie să ştim că ea se reduce la 3 lucruri:

1. rugăciune,
2. asceză (nevoință)[2]
3. şi spovedanie.

Este evident că în creştinismul ortodox disciplina este o formă de nevoinţă. Trebuie să fim atenţi la biserică şi să nu ne lăsăm gândurile să fie furate de tot felul de idei sau de lucruri străine. Acest lucru este evident o formă de disciplină. Dicţionarul explicativ are două definiţii pentru disciplină:

1. totalitatea regulilor de comportare și de ordine obligatorii pentru membrii unei colectivități,
2. ordine; spirit de ordine, deprindere cu o ordine strictă.[3]

Este evident că dacă voim să aducem ordinea în societatea noastră avem nevoie de disciplină. Disciplina este la fel de bine necesară pentru a ajunge să ne organizăm munca şi să dăm randament maxim.

Ceea ce se poate vedea este că sunt mai mulţi creştin ortodocşi care deşi sunt creştin ortodocşi nu se gândesc la credinţa lor ca fiind una care este legată de disciplină. Aceasta fiindcă ei cred că în cele din urmă disciplina este un lucru care

- vine de la sine,
- nu trebuie să fie conştientizat
- şi nu trebuie să fie prea mult discutat.

Cu privire la binefacerile disciplinei tot părintele Teofil Pârâian spunea: „Sfântul Marcu Ascetul spune că: „în inima iubitoare de osteneală nu au putere gândurile cele rele, ci gândurile cele rele se sting așa cum se stinge focul în apă”. Spun părinții cei duhovnicești că: „Gândul cel rău la început este ca o furnică și dacă-l lași crește și se întărește și devine leu”, de aceea gândurile cele potrivnice se numesc furnică-leu. Furnică pentru că apare întâi ca o furnică care poate fi strivită între degete și dacă cresc și primesc putere prin patimi nu le mai poți înlătura nici cu multă osteneală. **Toate pornesc de la gând, și cele bune și cele rele își au începutul în gând**. Ridicările și căderile se fac în gând. Cheia vieții duhovnicești este disciplina minții, iar disciplinarea este rugăciunea de toată vremea.”[4]

Este adevărat că sunt mai mulţi care ajung pătimaşi – stăpâniţi de patimi – fiindcă nu sunt disciplinaţi şi nici nu vor să trăiască un mode viaţă organizat. Ceea ce se poate vedea în viaţa duhovnicească este că patima ajunge să se instaleze în sufletul omului fiindcă acolo găseşte

[1] Arhimandritul Teofil Părăian, *Veniți de luați bucurie,* Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2001, pp. 63-64 apud https://doxologia.ro/cheia-vietii-duhovnicesti-este-disciplina-mintii-iar-disciplinarea-este-rugaciunea-de-toata-vremea (accesat pe 21.12.2023).

[2] A se vedea Sofronie Saharov, *Nevoința cunoașterii lui Dumnezeu* (Alba Iulia, 2006).

[3] După Dicționarul explicativ.

[4] Arhimandritul Teofil Părăian, *Veniți de luați bucurie,* Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2001, pp. 63-64 apud https://doxologia.ro/cheia-vietii-duhovnicesti-este-disciplina-mintii-iar-disciplinarea-este-rugaciunea-de-toata-vremea (accesat pe 21.12.2023).

- haos
- şi dezordine.

Acestea pot să fie găsite în proporţii mai mari sau mai mici. Dacă ţinem la ordinea din sufletul nostru prin disciplină ei bine patimile nu mai au nici o şansă şi nu au cum să se instaleze în suflet.

Demonii nu sunt fiinţe disciplinate. Aceasta fiindcă ei nu iubesc ordinea. Totuşi nu se cuvine să îi subestimăm pe demoni fiindcă ei sunt cât se poate de eficienţi să ajung să lucreze răul. Răul este motivaţia lor supremă.[5]

Iată ce spunea părintele Cristian Ştefan în acest sens: „atunci când cădem sub puterea unei patimi oarecare, de fapt un demon a pus stăpânire pe noi. Iată, acesta se ascunsese în gând sub forma lăcomiei, a neînfrânării de la mâncare. Căci, atât cât îi trebuie trupului, nimeni nu zice să nu-i dăm. Când îl lăsăm să depășească măsura, iată că se asociază cu alte păcate. Alți demoni îi vin în ajutor celui dintâi.

Evident, aici nu mâncarea ca atare este subiectul, deși este importantă și mâncarea. Deoarece, atunci când ajunge să fie îmbuibare, mâncarea multă îngroașă și mintea, și inima. Le umple de materie și aceasta duce la totala insensibilitate, la preocuparea mai mult de mâncare decât de rugăciune și de ascultare, și de aproapele. Aici, însă, subiectul este disciplina. Sufletul aflat în disciplină duhovnicească disciplinează și trupul, și ambele sunt ținute în atenție și sub supraveghere, iar în felul acesta se păstrează echilibrul duhovnicesc."[6]

Este adevărat că disciplina este bipolară fiindcă ea este
- sufletească
- cât şi trupească.

Sufletul şi trupul sunt unele care ambele participă la disciplină şi este bine să ne dăm seama de acest lucru fiindcă sunt mulţi care le separă şi cred că nu prea au legătura una cu alta. În acest sens vom vorbii mai multe despre caracterul ascetic al disciplinei fiindcă el este unul care este esenţial.[7]

O carte despre disciplină este una care ne spune că omul este o fiinţă care are nevoie să fie mult mai atent cu modul în care ajunge
- să îşi organizeze,
- să trăiască
- şi să pună în aplicare

disciplina.

Disciplina este un lucru de care avem nevoie în viaţa de zi şi cu zi şi în această carte vom arăta că disciplina este una care este necesară şi în viaţa duhovnicească. Nu avem cum să ajungem oameni duhovniceşti dacă nu suntem disciplinaţi. Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama de semnificaţia disciplinei sub toate formele ei.

Părintele Cristian Ştefan spunea cât se poate de bine un exemplu în acest sens: „într-o zi, au venit la Avva Theon niște frați. Au mâncat împreună și apoi, cum era obiceiul în astfel de ocazii, au trecut la un colocviu duhovnicesc. Desigur, bătrânul urma să le vorbească, iar ei, la nevoie, să pună întrebări. Bătrânul începu să vorbească. Și ce temă și-a ales? Despre lăcomie și despre tirania gândurilor pe care le ținem în taină și nu le dezvăluim, cât de violente, puternice și agresive sunt, atâta vreme cât le ținem ascunse.

Tânărul Serapion, omul casei, omul de lângă Avva Theon, tresări: „Despre mine vorbește bătrânul! Nu acestora le vorbește, ci mie. Dumnezeu i-a descoperit fapta și gândurile mele. Altfel, cum ar vorbi tocmai despre taina mea?" Și, scoțând repede pâinea din sân - deoarece și de la ultima masă cu acești musafiri nu s-a putut abține și a furat pâinea obișnuită – a aruncat-o în fața tuturor și a izbucnit în lacrimi. Lacrimi de pocăință. Cerere de iertare pentru păcat și pentru călcarea disciplinei, călcarea care transformase lăcomia în furt. Nu păgubise prea mult pe nimeni, căci, dacă ar fi cerut pâinea, probabil i-ar fi fost dată până se învăța cu înfrânarea, dar se păgubise pe sine. Ascundea nu o pâine, ci o faptă rușinoasă. Nu era om întreg, nu era onest, nu era sincer. Și acum plângea ca un învins.

Nu. Nu era învins. Tocmai acum învinsese. Prin recunoaștere. Prin smerita întoarcere la onestitate, la cinste. Și la disciplină. Despre acestea îi dădu încredere chiar Avva Theon: „Ai încredere, fiule. Eliberarea ta este împlinită. Iată, fără ca eu să îți fi zis un cuvânt, tu însuți ai mărturisit. Tu te-ai eliberat. Dacă până astăzi adversarul tău a fost victorios, astăzi victoria ta este sigură. Până acum nu l-ai contrazis și s-a întâmplat precum

---

[5] A se vedea Radu Teodorescu, *Răul în religiile lumii* (Pennsylvania, 2002).

[6] Preot Cristian Ștefan https://www.gazetademaramures.ro/calea-adevarul-viata-disciplina-duhovniceasca-25973 (accesat pe 21.12.2023).

[7] A se vedea Vasilios Papadakis, *Asceză ortodoxă* (Galați, 2005).

scrie Solomon: „Pentru că nu se împotrivesc celor ce fac rău, inima fiilor oamenilor se umple de gânduri rele. Denunţându-l, tu i-ai luat duhului rău puterea asupra ta. Mărturisirea ta l-a scos din adâncul întunecat al inimii tale, la lumina zilei”.

„A avut dreptate bătrânul, recunoştea Avva Serapion. De atunci am scăpat de tirania acestui demon. Niciodată nu m-a mai ispitit nici lăcomia, nici furtul”.”[8]

Doi asceți discutau într-o zi.

- Ştii ce vreau să te întreb?
- Ce?
- Cum priveşti disciplina?
- În ce sens?
- În viaţa creştin ortodoxă.
- Nu se poate fără de ea.
- De ce?
- Fiindcă este de maximă importanță.
- Crezi?
- Da.
- Nu este mai mult un lucru laic?
- Nu.
- De ce?
- Disciplina este necesară atât în mediu laic cât şi în mediu bisericesc.
- Aici este marea mea dilemă.
- De ce?
- Eu credeam că este mai mult un lucru laic.
- Disciplina este necesară în ambele domenii.
- Nu ştiu ce să spun.
- Să crezi ce îți spun eu.
- De ce?
- Fiindcă este adevărat că copilul trebuie să fie disciplinat la şcoală dar este nevoie să fie disciplinat şi călugărul în mănăstire.
- Nu m-am gândit la asta.
- Să te gândeşti acum.
- Aşa am să fac.
- Deci trebuie să cultivăm disciplina.
- Dacă voim să avem rezultate.
- Oare?
- Da.
- Deci disciplina aduce cu sine succes.
- Laic şi duhovnicesc.
- Aşa este.
- Mai toate domeniile ştiinţifice cer disciplină dacă se vor rezultate.
- Cum ar fi în matematică?
- Da.
- Adică?
- Cred că ştiu cum să te fac să înțelegi.
- Cum?
- O să îți spun o întâmplare.
- Ce întâmplare?
- Din istoria Bisericii.
- Pare interesant.
- Este.
- Şi de la cine este?
- De la Fericitul Ieronim.

---

[8] Preot Cristian Ştefan https://www.gazetademaramures.ro/calea-adevarul-viata-disciplina-duhovniceasca-25973 (accesat pe 21.12.2023).

- Te ascult.
- Se spune că la Fericitul Ieronim a venit un tânăr.
- Binecuvântaţi părinte.
- Domnul fiul meu.
- Părinte Ieronim am venit la sfinţia ta fiindcă am nevoie de ajutor.
- Ce ajutor?
- Nu ştiu cum să spun.
- Spune cum îţi vine.
- Sunt foarte ispitit.
- Cu toţii suntem ispitiţi.
- Aşa este.
- Şi?
- Dar eu sunt extrem de ispitit.
- Înţeleg.
- Şi am nevoie să vă rog ceva.
- Ce? Spuneţi-mi o metodă prin care să rezist mai bine în faţa ispitelor.
- O metodă?
- Ar fi una.
- Care părintele meu?
- Uite tu ai văzut raţele?
- Da.
- Când o raţă stă pe lor vânătorul o poate ţintii cu arcul său?
- Da.
- Uşor nu?
- Da.
- Dar dacă pasărea zboară?
- Nu este mai greu să fie săgetată.
- Ei aşa să fi şi tu?
- Adică?
- Să nu fi trândav.
- În ce sens?
- Dacă stai pe loc şi nu faci nimic demonii te pot vâna imediat.
- Şi dacă sunt în nevoinţă?
- Demonii nu te mai pot prinde cu nimic.
- Am înţeles părinte Ieronim.
- Foarte bine.
- Asta este toată povestea?
- Da.
- Este bună.
- Deci vezi este importantă să nu trândăvim.
- Sunt de acord.
- Când ne lenevim nu mai suntem disciplinaţi.
- În ce sens?
- Lenea goneşte disciplina.
- A la asta vă refereaţi.
- Da.
- Sunt de acord.
- Acum eşti lămurit cum este cu disciplina?
- Da.
- Mă bucur.
- Îţi mulţumesc.
- Plăcerea a fost de partea mea.
- Voi ţine cont de ce am discutat.[9]

[9] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Disciplina este din ce în ce mai ignorată în zilele noastre când sunt mai mulți care vor să aibă succes material și sufletesc nu numai în viața de zi cu zi ci și în viața duhovnicească. Aceasta fiindcă este bine să știm că acolo unde sunt patimi nu prea există raționalitate fiindcă patimile nu sunt raționale. Teologul Nicușor Deciu spunea în acest sens: „ori de câte ori Sfinții Părinți vorbesc despre patimi, ne atenționează din start asupra unei caracteristici esențiale pentru înțelegerea lor: iraționalitatea, adică asupra absenței unui fundament logic în manifestările patimii. Dar poate că în cazul akediei se observă această trăsătură distinctivă ca la nici o alta dintre patimi."

Chiar și la o simplă privire superficială putem vedea aspectul contradictoriu al patimii în analizele ce se păstrează în scrierile celor care au observat mișcările akediei și, de asemenea, după multă nevoință au izbutit să găsească, totdeauna sub adumbrirea harului, remediile corespunzătoare acesteia."[10]

CAPITOLUL 1

DE CE ÎN CREȘTINISMUL ORTODOX DISCIPLINA ESTE IMPORTANTĂ?

Am spus în introducere că toate religiile au sunt o formă sau alta un anumit tip de disciplină. Aceasta fiindcă ele vor să îl aducă pe adept la un anumit tip de
- stare,
- rezultat,
- consecință
- sau urmare.

Disciplina prin urmare este proprie la mai toate religiile. Totuși unele pun mai mult accent pe ea în timp ce în altele nu este la fel de importantă. Aceasta fiindcă după cum am spus religiile diferă ca
- practică
- dar și ca mentalitate.

Creștinismul ortodox este o religie în care trebuie să știm că disciplina este extrem de importată. Aceasta fiindcă ea ne ajută să facem o distincție dintre
- lucrurile importante sau lucrurile care contează
- și amănuntele sau lucrurile care nu sunt importante.[11]

După cum am spus disciplina creștin ortodoxă constă cel mai mult în asceză. Asceza este un lucru care implică cu sine mai multe lucruri:
- post,
- rugăciune,
- metanii,
- pelerinaje,
- spovedanie
- și împărtășanie.

Toate acestea sunt unele care este bine să ne dăm seama că sunt lucruri care definesc creștinismul ortodox. Patimile sunt unele care sub o formă sau alta ne fac să gustăm din iad. Teologul Nicușor Deciu spunea în acest sens: „poate că tabloul zugrăvit de Sfântul Ioan a provocat de-a lungul timpului nu puține zâmbete, însă, cu siguranță, nu este deloc plăcut să pătimești de akedie, ci, dimpotrivă, este o stare extrem de apăsătoare. Este o stare nesuferită în care cel afectat realmente nu știe ce să mai facă ca să iasă din lanțurile patimii, iar uneori, din nefericire, poate recurge la gesturi extreme. Chiar dacă nu simțim o anumită durere fizică în această patimă, akedia este o stare atât de grea, încât Sfântul Isaac Sirul o numește, în lucrarea *Cuvinte despre nevoință*, „pregustare a gheenei"."[12]

Patima este una care trebuie să știm că deși nu este disciplină ajunge să se manifeste ca o disciplină:
- bețivul merge zilnic la băut,
- fumătorul merge zilnic să își cumpere țigări,
- desfrânatul merge zilnic să își găsească o nouă cucerire sexuală,

---

[10] Nicușor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/caracterul-contradictoriu-al-patimii-akediei-183530.html (accesat pe 21.12.2023).
[11] A se vedea Alexandru Paleologu, *Despre lucrurile cu adevărat importante* (Editura Fundației Paleologu, 2021).
[12] Nicușor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/caracterul-contradictoriu-al-patimii-akediei-183530.html (accesat pe 21.12.2023).

- lacomul merge zilnic să îşi găsească ceva nou de mâncare etc.

Este vorba de o anti-disciplină fiindcă este bine să ştim că patima ajunge să îi distrugă pe cel pe care se instalează.

Cu privire la acest proces disimulator al patimii tot teologul Nicuşor Deciu spunea: „Așa cum am amintit mai sus, există un straniu paradox în manifestările akediei, surprins, printre alții, și de Evagrie Ponticul, în lucrarea *Făptuitorul (Praktikos),* atunci când consemnează: „Monahul căzut pradă akediei e ager la slujire și socotește drept poruncă satisfacția lui".

La prima vedere, poate părea puțin ciudată această purtare contradictorie a celui cuprins de akedie: pe de-o parte, lâncezeală și indiferență față de orice ține de rânduiala ce-l conduce pe monah la scopul mântuirii sufletului, iar, pe de alta, agitație și activism lipsit de socoteală, când este vorba despre muncile gospodărești, despre convorbiri sau despre vizite. Însă, trebuie accentuat faptul că tocmai în această stare contradictorie, tocmai în această manifestare lipsită de vreo logică a patimii se află semnul distinctiv al akediei, indicele că avem de-a face cu o persoană care suferă de patima indusă de demonul amiezii."[13]

Este bine să ne dăm seama că de mai multe ori patima este una care minează disciplina. Aceasta fiindcă ea aduce doar o satisfacţie iluzorie fiindcă după cum ştim patima este una care merge pe sistemul dependenţei. O persoană care este dependentă de plăcerea patimii nu ar cum să fie disciplinată. Aceasta fiindcă disciplina nu implică cu sine:

- dependenţă,
- legătură,
- cauzalitate
- sau lipsa libertăţii.

Când suntem pătimaşi nu mai suntem liberi. Ori trebuie să ştim că disciplina înseamnă mai mult decât orice libertate.[14]

Cu privire la acest aspect iluzoriu al activismului pozitiv al patimii teologul Nicuşor Deciu spunea: „la rândul lui, ierom. Gabriel Bunge, în cartea *Akedia. Plictiseala și terapia ei după avva Evagrie Ponticul*, comentează textul evagrian citat mai sus: „Instabilitatea se transformă astfel într-un activism neobosit, preocupat, care se pretinde drept virtutea creștinească a iubirii de aproapele! Dar aceasta nu este nimic altceva decât o iluzie, o autoamăgire primejdioasă. E iluzia agendei pline, care ne induce în eroare cu privire la golul nostru lăuntric".

Desigur, pentru a înțelege aceste manifestări contradictorii ale akediei trebuie să ținem seama de faptul că patima nu reprezintă o realitate firească, care să existe, să ființeze potrivit unei rațiuni (*logos*). Iar dacă mai adăugăm ispita vrăjmașului în lucrarea patimii, devine limpede faptul pentru care se pot întâlni astfel de comportamente iraționale. De asemenea, avva Evagrie adaugă, lămuritor pentru înțelegerea acestei patimi, următoarea observație: „Demonul plictiselii (akedia), care se numește și demonul amiezii (*cf. Ps.* 90, 6), este cel mai apăsător dintre toți demonii; îl atacă pe monah pe la ceasul al patrulea și dă ocol sufletului până la ceasul al optulea"."[15]

Prin urmare este bine să ştim un lucru:

- virtutea înseamnă disciplină
- în timp ce patima înseamnă dezordine şi haos.

Este un lucru pe care îl putem învăţa din creştinismul ortodox care ştim că are o experienţă extrem de bogată în acest sens. Patima este haotică fiindcă este

- inspirată de demoni,
- rea,
- pervertită,
- fără sens
- şi iraţională.

Disciplina creştin ortodoxă trebuie să ştim că este întotdeauna raţională. Nu se poate să vorbim de o disciplină iraţională în creştinismul ortodox fiindcă nu este cazul.

Este evident că raţionalitatea şi disciplina sunt unele care se presupun reciproc. Aceasta fiindcă nu se poate vorbii de una fără de alta.

---

[13] Idem.

[14] A se vedea Christos Yannaras, *Libertatea moralei* (Bucureşti, 2004).

[15] Nicuşor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/caracterul-contradictoriu-al-patimii-akediei-183530.html (acceasat pe 21.12.2023).

Lumea noastră însă nu este prea atentă cu această legătură dintre disciplină şi raţionalitate. Aceasta fiindcă mai nimeni din zilele noastre nu îşi dă seama de legătura dintre iraţionalitate şi viciu. Teologul Nicuşor Deciu spunea în acest sens: „așa cum am amintit și cu alte ocazii, absolut orice patimă este o lucrătură extrem de vicleană, o relație, dacă doriți, între *demon*, *gând* și *sufletul pătimaș*, care primește sugestiile repetate ale demonului, până când acesta va sfârși în convingerea că acele gânduri pătimașe, care-i tot vin în minte, sunt ale lui. Cu siguranță, omul stăpânit de akedie nici nu se poate analiza pe sine, pentru a vedea cât de nefiresc, cât de irațional e comportamentul său. Însă, fără nici o îndoială, această stare contradictorie constituie indicele influenței demonului, promotorul prin excelență al dezordinii, al împotrivirii, al lipsei de logică și, în cele din urmă, al distrugerii.

Continuăm prezentarea akediei, exemplificând-o prin câteva fragmente din lucrarea *Scara* a Sfântului Ioan Scărarul, care ni-l zugrăvește pe monahul stăpânit de akedie în aceste culori contradictorii: „Vorbeşte despre înfrânare şi se luptă pentru lăcomia pântecelui. Fericeşte ascultarea şi e cel dintâi care nu ascultă. Laudă pe cei neîmpătimiţi şi nu se ruşinează să ţină minte răul şi să lupte pentru o zdreanţă. Mâniindu-se, se amărăşte, dar iarăşi se mânie din pricină că s-a amărât; şi, adăugând înfrângere la înfrângere, nu simte nimic". Apoi, Scărarul zice despre același monah: „Laudă rugăciunea şi fuge de ea ca de bici. Săturându-se, se căiește și, după puțină vreme, adaugă altă săturare. Fericeşte tăcerea, dar o laudă prin vorbărie". Și, puțin mai jos, adaugă: „Învață despre blândețe, dar se mânie adeseori chiar în timp ce învață despre ea. Trezindu-se din somn, suspină, dar, lăsându-și capul pe pernă, iarăși se supune patimii!"."[16]

Faptul că creştinismul ortodox este o *religie a disciplinei* este un lucru care ajunge să nu îi mai mulţumească pe mai multă vreme. Sunt mai mulţi care se plâng că în lumea noastră există prea multă disciplină:

- disciplină la şcoală,
- disciplină când îţi faci temele,
- disciplină în familie,
- disciplină la locul de muncă etc.

Ceea ce este bine să ştim şi să fim conştienţi este că disciplina este una care aduce cu sine un sentiment al firescului. Este firesc ca în lumea noastră să existe ordine şi este nefiresc să ne simţim în largul nostru când nu este ordine în jurul nostru. Prin urmare firescul şi ordinea sunt două lucruri care se presupun reciproc.[17]

În acest sens pentru a ajunge la frumuseţea disciplinei ştim că ortodoxia ne îndeamnă să avem un povăţuitor sau mai bine spus un părinte duhovnicesc care

- să ne conducă,
- să ne înveţe,
- să ne povăţuiască
- şi care să ne ocrotească.

El este duhovnicul creştin ortodox.

Teologul Nicuşor Deciu spunea în acest sens: „astfel, devine vital să înțelegem faptul că pentru a ne da seama de patimile ce sălășluiesc în noi, avem nevoie de un povățuitor. Însă, așa cum spune Sfântul Ignatie Briancianinov - un nevoitor apropiat de zilele noastre -, îndrumătorii experimentați sunt astăzi tot mai rari. Nu de puține ori, textele patristice pot deveni ele însele un astfel de povățuitor sau, poate mai bine zis, un fel de oglindă în care să ne privim în chip limpede sufletul. În acest fel, realizăm că, fără să ne dăm seama, suferim, în grade diferite, de câte o patimă ascunsă. Citind textele Sfinților Părinți ne descoperim, prin descrierile lor amănunțite și exacte, problemele sufletești, întrucât ne oglindim propria stare în aceste descrieri. Așa socotesc că se întâmplă și acum, când parcurgem texte precum cele ale Sfântului Ioan Scărarul. Și, fie că ne aflăm în ceata monahilor, fie că nu, cred că, măcar în parte, ne putem recunoaște în tabloul descris de faimosul ascet din Sinai, afară de faptul dacă nu am fost deja cuprinși de akedie și am devenit nesimțitori. Căci, să nu uităm, nesimțirea este un semn al akediei!"[18]

Ei bine trebuie să ştim că duhovnicul trebuie să fie o persoană care să fie disciplinată. Aceasta fiindcă nu ai cum să îi înveţi pe alţii disciplina dacă nu este tu însuţi disciplinat.

---

[16] Idem.

[17] A se vedea Radu Teodorescu, *Firescul în religia creştin ortodoxă* (Cugir, 2014).

[18] Nicuşor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/caracterul-contradictoriu-al-patimii-akediei-183530.html (acceasat pe 21.12.2023).

Este bine să ştim că la fel de bine relaţia dintre părintele duhovnicesc şi fiul duhovnicesc este una care trebuie să fie bazată pe disciplină. De ce? Fiindcă este disciplina cea care ne face să ne apropriem mai mult de părintele duhovnicesc. Teologul Cristian Chivu spunea în acest sens: „dacă ar fi să alegem o singură *numire* a lui dintre călugăr, teolog, arhiepiscop, apărător al credinței, am alege întâi pe cea de *călugăr* și aceasta întrucât, dacă nu ar fi izbucnit așa-numita ceartă isihastă, el și-ar fi petrecut întreaga viață în retragere, post, rugăciune și înălțări duhovniceşti, fără să se fi implicat în vreun fel în viața cetății. Grigorie Palama a fost mai înainte de toate un mare ascet, un pustnic, un practicant fervent al rugăciunii inimii și de aici izvorăsc cuvintele lui pline de Duhul Sfânt. El a putut combate teologia aridă a adversarilor lui pentru că era el însuși un om insuflat de harul dumnezeiesc, el a putut vorbi despre energiile necreate pentru că-l trăia pe Dumnezeu prin simțirea luminii necreate, el a putut desființa ideile greșite ale lui Varlaaam despre rugăciune pentru că el însuși era un om al rugăciunii vii, el a putut vorbi despre vederea lui Dumnezeu pentru că el însuși era un văzător al lui Dumnezeu."[19]

Doi istorici români discutau într-o zi.

- Știi la ce mă gândesc în aceste zile?
- La ce?
- Disciplina este o problemă relativă în istorie.
- Adică?
- Nu prea există disciplină în istorie.
- Asta fiindcă omul în ansamblu nu prea este o ființă disciplinată.
- De ce?
- Fiindcă omul nu pune prea mare preț pe disciplină.
- Dar are nevoie de ea.
- Omul are nevoie de multe lucruri.
- Și?
- Preferă să le ignore.
- Totuși noi istoricii suntem unii care avem nevoie de disciplină.
- Știi de ce?
- De ce?
- Fiindcă este efortul nostru unul care aduce cumva sens istoriei.
- Oare?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă există mult irațional în istorie.
- Totuși omul este o ființă rațională.
- De multe ori în istorie el a renunțat să mai fie rațional.
- Știu asta.
- Bine.
- Dar știi ce am remarcat?
- Ce?
- Că de multe ori raționalul se ascunde destul de bine în istorie.
- Cum așa?
- Este ceea ce am remarcat.
- Adică?
- Trebuie să cauți mai bine raționalul în istorie.
- Și în vezi găsii?
- Da.
- Poți să îmi dai un exemplu?
- Da.
- Care?
- Este de la noi din România.
- Și mai interesant.

[19] Cristian Chivu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/theognosia-in-invatatura-sfantului-grigorie-palama-178895.html (accesat pe 21.12.2023).

- Aşa este.
- Deci?
- Era pe vremea lui Vlad Ţepeş.
- Şi?
- Într-una din zile, Vodă Vlad a întâlnit un sătean, care avea o cămaşă scurtă, zdrenţuroasă, soioasă şi ruptă, de i se vedeau şoldurile prin ea. S-a mâniat Măria Sa când a văzut pe bietul ţăran şi a poruncit numai decât să-I cheme, şi când a venit, a întrebat Vodă:
- Măi creştine tu eşti însurat?
- Însurat Măria Ta.
- Nevasta ta trebuie să fie una din cele, cărora nu le prea place munca. Cum bre de nu-ţi face ea cămaşa, care să-ţi acopere coapsele tale? Şi apoi de ce nu-ţi spală nevasta rufele tale ca să fie curate?
- Ţăranul a răspuns că femeia lui e cam leneşă, cam haimana şi iubeşte băutura.
- Dacă-i aşa, femeia ta nu este vrednică să trăiască în Ţara mea, a zis cu glas tare Vodă, cu ochii plini de mânie şi îndată a poruncit să o aducă în grabă pe această femeie leneşă şi haimana, apoi a poruncit ca îndată să fie trasă în ţeapă, în ochii săi şi în faţa mulţimii de norod.
- Spun că femeile dacă au văzut şi au auzit una ca asta, lucrau de dimineaţa până seara, cătau bine de bărbaţii lor şi de copii, ca să fie bine îngrijiţi.
- Nici o femeie nu mergea la crâşmă, nici o femeie nu umbla haimana.
- Fiecare se temea să nu cadă în urgia lui Vodă Ţepeş... *Gurile rele vorbesc că şi astăzi încă n-ar fi rău, dacă s ar arăta câte un Ţepeş prin sate, prin oraşe.*
- Asta este toată povestea?
- Da.
- Şi care este morala?
- Ţepeş a comis un act crud.
- Că a tras-o în ţeapă pe femeie?
- Da.
- Aşa este.
- Dar are logică.
- Ce a făcut el?
- Da.
- Fiindcă a voit să de o lecţie?
- Da.
- Acum ştii ce?
- Ce?
- Toţi care sunt în istorie au o anumită logică.
- Aşa este.
- Însă de multe ori această logică este exagerată.
- Sunt de acord.
- Mă bucur.
- Vlad Ţepeş a fost o personalitate controversată.
- Aşa este.
- Totuşi el a făcut şi lucruri bune.
- Se pare că da.
- De multe ori trebuie să recurgi la măsuri extreme.
- Pentru a da un exemplu?
- Da.
- Dar de numele de Dracula a lui Ţepeş ce părere ai?
- A fost cam exagerat.
- Aşa este.
- Totuşi trebuie să luăm partea bună a istoriei.
- Pe cât este posibil.
- Conversaţia noastră a fost bună.
- Productivă.[20]

[20] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Este evident că în istorie şi nu numai trebuie să căutăm mai bine şi să vedem care este logica lucrurilor şi aşa în cele din urmă vom găsii disciplină.

Cu privire la sensul disciplinei creştin ortodoxe teologul Cristian Chivu spunea: „scopul fiecărui creștin este *theognosia*, cunoașterea lui Dumnezeu. După Grigorie Palama, cunoașterea adevărată a lui Dumnezeu se înfăptuieşte în lumina Sa necreată. *Fotofania* nu este altceva decât o *theofanie*: *Căci știu cei ce s-au suit la măsura vederii lui Dumnezeu că lumină văd și că lumina aceasta este Dumnezeu, Care prin unire sfântă îi luminează cu harul pe părtașii de ea… iar de îi întrebi pe aceștia cum se vede cel Nevăzut îți vor spune că nu în cuvinte învățate de înțelepciunea omenească, ci în cele învățate de Duhul Sfânt (Pentru cei ce se liniștesc…,* 1, 3, 24, GA 3, pp. 201-203*)*. Este vorba despre *theoptie*, vederea lui Dumnezeu, care poate fi considerată cunoaștere, dar una *dincolo de orice cunoaștere* (*Pentru cei ce…* 2, 3, 33, GA 3, p. 513). Palama subliniază faptul că această cunoaștere prin *theoptie* nu trebuie confundată cu teologia apofatică, așa cum făcea Varlaam, cel care confunda *vederea în nor* a lui Dionisie cu teologia apofatică. Varlaam spunea ritos că *nu există (cunoaștere) mai înaltă decât teologia prin afereză,* deci considera teologia apofatică cea mai înaltă formă de cunoaștere, în timp ce Palama îi răspunde că vederea luminii necreate este cunoașterea cea mai înaltă a ființelor create (*Pentru cei ce…*2, 3, 49 și 50, GA 3, pp. 551-553).”[21]

Este evident că sunt mai mulţi care

- nu apreciază,
- nu iubesc
- şi nici nu simpatizează

cu creştinismul ortodox tocmai fiindcă el este unul care ajunge să ne ţină într-un duh al discipline. De fapt acest duh al disciplinei trebuie să ştim că este unul care ne face să fim cât se poate de centrați pe ceea ce este importat pentru noi. Gânditoarea Amy Morin spunea în acest sens: „doar pentru că te lupți cu autodisciplina nu înseamnă că trebuie să ridici steagul alb și să declari că eforturile tale de auto-îmbunătățire sunt un eșec total. În schimb, lucrează pentru a crește șansele ca să-ți păstrezi obiceiurile mai sănătoase – chiar și atunci *când nu ai chef.*”[22]

Omul de azi este un om care nu prea vrea să fie disciplinat dar vrea să aibă rezultate în orice întreprinde. Ei bine trebuie să devenim conştienţi că acest lucru nu este posibil. Disciplina nu este o chestiune care ţine de chef. Ea este ceva în care trebuie

- să credem
- şi pe care trebuie să ne bazăm.

Gânditorul Brian Tracy spunea: *„Abilitatea de a te disciplina pentru a întârzia gratificarea pe termen scurt și a te bucura de recompense mai mari pe termen lung este condiția indispensabilă pentru succes.”*[23] Prin urmare este bine să ne dăm seama că disciplina şi la fel de bine autodisciplina este o investiţie pe termen lung. Aceasta fiindcă ele sunt unele care ne duc la succes.

Cu toţii voim să avem succes în ceea ce facem. Urmărim succesul în

- viaţa de familie,
- afaceri,
- ştiinţă,
- arte,
- cultură,
- economie
- sau finanţe.

Succesul nu este un lucru care vine de la sine şi de cele mai multe ori avem nevoie să investim în el. poate cea mai bună investiţie este autodisciplina. Aceasta fiindcă ea ne face să fim oameni responsabili şi care să ştim în ce direcţie să mergem.

Cu privire la rezultatele disciplinei gânditorul Dipa Satanani spunea: „din murdărie pot apărea pietre prețioase foarte frumoase. Lupta te poate învăța autodisciplina și rezistența.”[24] Este evident că disciplina de mai multe ori necesită efort. Aceasta fiindcă mai ales al început disciplina poate să fie extrem de

- grea,
- anevoioasă

---

[21] Cristian Chivu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/theognosia-in-invatatura-sfantului-grigorie-palama-178895.html (accesat pe 21.12.2023).

[22] https://fainsisimplu.ro/citate-despre-autodisciplina- 4857.html (accesat pe 21.12.2023).

[23] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).

[24] Idem.

- şi dificilă.

Prin urmare disciplina este un paradox. Ea este grea dar prin aplicarea ei vom ajunge să avem rezultate frumoase. Prin urmare este bine să ne dăm seama că deşi este mai grea disciplina este o investiţie pe care merită să o facem chiar dacă de mai multe ori este vorba de o investiţie pe termen lung.

Se ştie de cazul unui cunoscut actor care spunea la un moment dat că tot succesul lui se datorează autodisciplinei. Dacă voim să ajungem la rezultate bune ei bine trebuie să ştim că vom face acest lucru dacă ştim să ne autocontrolăm şi să nu mai fim unii care să avem

- îndoieli
- şi reţineri

cu privire la disciplină.

Gânditorul Sukant Ratnakar era de părere că disciplina este asemenea unei energii pozitive: „autodisciplina este singura putere care te poate menține plin de *energie* chiar și în cele mai grele circumstanțe.”[25]

Este adevărat că în drumul vieţii noastre de mai multe ori avem nevoie de această energie pozitivă a disciplinei fiindcă ea ajunge să se coordoneze toate eforturile şi să ne ducă la reuşită. Trebuie să ne dăm seama de acest lucru fiindcă sunt mai mulţi care consideră că disciplina este

- costisitoare,
- complicată,
- dificilă
- şi problematică.

Ei bine putem vedea că mai toţi marii gânditori ai lumii au ajuns să laude şi să susţină disciplina.

Că succesul nu este o chestiune de întâmplare ne-o spunea gânditorul John C. Maxwell: „succesul nu este o întâmplare. Trebuie să adaugi intenție în tot ce faci, iar asta necesită disciplină.”[26]

Este bine să ştim că dacă voim să reuşim în viaţă – una dintre cele mai mari reuşite – în nici un fel nu trebuie să considerăm că vom face acest lucru prin

- noroc,
- hazard
- şi întâmplare.

Dumnezeu ne-a dat această viaţă şi tot El va ajunge să ne ceară socoteală pentru modul în care

- am folosit-o,
- am gestionat-o
- şi am investit-o.

Disciplina este un lucru pe care creştinul ortodox trebuie să îl înveţe din familie. Mai apoi acest lucru va ajunge să fie dezvoltat la şcoală. La fel de bine disciplina ajunge ca un copil să o înveţe de la biserică. Ortodoxia ne recomandă să ducem pe cei mici la biserică. Acest lucru în baza a ceea ce a spus Iisus cât se poate de bine: „lăsaţi copii să vină la Mine şi nu-i opriţi, căci împărăţia lui Dumnezeu este a unora ca aceştia. Adevărat grăiesc vouă: Cine nu va primi împărăţia lui Dumnezeu ca un prunc nu va intra în ea” (Luca 18, 16-17).

Gânditorul Jim Rohn spunea că: „disciplina este puntea dintre obiectivă şi realizări.”[27] Aceasta fiindcă sunt mai mulţi care au

- obiective,
- ținte,
- dorințe
- şi aşteptări.

Ei pot vedea că deşi acestea sunt simple ca dorinţe sunt mai greu de realiza ca fapte. Iată de ce este nevoie de disciplină pentru a ajunge să realizăm ceea ce avem de făcut. Disciplina prin urmare în mai toate situaţiile dă roade sau mai bine spus aduce rezultate.

Totuşi trebuie să ştim că de mai multe ori sunt mai mulţi care au adevărate scenarii SF când vine vorba de dorinţele lor. Aceasta fiindcă aceste persoane nu sunt

- realiste,
- cu picioarele pe pământ,
- serioase
- şi de bună credinţă.

---

[25] Ibidem.
[26] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).
[27] Idem.

De mai multe ori sunt mai mulți care ajung să facă ceea ce alții nu pot fiindcă sunt disciplinați. Așa se face că pentru a ajunge să crezi în succesul tău trebuie mai întâi să crezi în disciplină. Gânditoarea Lalah Delia spunea: „nu înceta niciodată să crezi în propria ta transformare personală. Ea se întâmplă chiar şi în zilele în care s-ar putea să nu-ți dai seama sau să nu ai chef.”[28]

Disciplina este de cele mai multe ori necesară acolo unde exist motivaţie. Aceasta fiindcă nu se poate vorbii de disciplină fără de motivaţie. Nu are cum fiindcă este bine să ne dăm seama că motivaţia este un lucru care ajunge să ne facă să fim cât se poate de bine ancorați în ceea ce dorim să realizăm cu adevărat.

În aplicarea disciplinei ştim că este nevoie de voinţă. Gânditorul Roy Baumeister spunea: voința este ceea ce ne separă de animale. Este capacitatea de a ne reține impulsurile, de a rezista tentației – fă ceea ce este corect și bine pentru noi pe termen lung, nu ceea ce vrem să facem acum. Este esențial, de fapt, pentru civilizație.”[29]

Voința este un lucru pe care creştinismul ortodox ajunge să îl fortifice şi să îl pregătească pentru reuşită. Trebuie să ştim că cea mai mare dovadă de disciplină pe care o poate acea un creştin ortodox este să lucreze la propria mântuire. Aceasta fiindcă la ce folos dacă dobândești toate bogățiile lumii și ajungi să îți pierzi sufletul? Este bine să ne dăm seama de acest fapt când sunt din ce în ce mai puţini care cred în viaţa de apoi.

Prin urmare disciplina este un lucru care trebuie să ştim că ajunge să se manifeste
- material
- dar şi spiritual.

Aceasta fiindcă ea este un lucru care ajunge să ne ducă spre bine şi frumos în cele din urmă. La fel de bine este bine să ştim că disciplina trebuie să fie dublată de o stare de
- alertă
- sau de trezvie.

Gânditoarea Miuccia Prada spunea în acest sens: „singura modalitate de a face ceva în profunzime este să muncești din greu. În momentul în care începi să fii îndrăgostit de ceea ce faci și să crezi că este frumos sau bogat, atunci ești în pericol.”[30]

Evident că sunt mulți care nu văd mai nimic spiritual în disciplină. Trebuie să ştim că şi
- hedoniştii,
- materialiştii,
- seculariștii
- și nihiliștii

pot da dovadă de disciplină.

Totuşi disciplina lor este bine să ştim că nu este una
- profundă,
- bine întemeiată
- şi de lungă durată.

De ce? Fiindcă în miezul ei disciplina este de natură spirituală. Un prim crâmpei de disciplină trebuie să ştim că a pus Dumnezeu în primii oameni Adam şi Eva când le-a interzis să guste din pomul cunoştinţei binelui şi răului.

Disciplina prin urmare exista şi în cazul primilor oameni însă ei nu au voit să îi dea curs. Acest lucru de atunci se poate spune că se repetă din ce în ce mai des. Trebuie să ne dăm seama de acest fapt fiindcă oamenii cred că ei nu vor fi lipsiți de disciplină.

Sunt mai mulți care contestă că legile sunt necesare. Ei se consideră oameni de bună credință și nu le vine să creadă că alții încalcă legile fiindcă
- ucid,
- violează,
- fură,
- delapidează,
- distrug
- sau sabotează.

Se poate spune că un infractor este un om disciplinat? În nici un caz. Iată de ce de mai multe ori sunt nevoie legi care să sancționeze lipsa de disciplină din societatea noastră.

---

[28] https://fainsisimplu.ro/citate-despre-autodisciplina- 4857.html (accesat pe 21.12.2023).

[29] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).

[30] Idem.

[30] Ibidem.

Disciplina este un lucru de care cei mai mulţi dintre noi nu suntem conştienţi. A venit vremea să ne dăm seama că disciplina va ajunge să ne facă să fim unii

- mai maturi
- şi mai responsabili.

Este adevărat că la început disciplina este mai grea şi mai costisitoare dar dacă ne învăţăm în cele din urmă vom ajunge să nu mai avem nici o problemă. În acest sens gânditoarea Keller Helen spunea: „o datorie dureroasă îndeplinită o face pe următoarea mai simplă și mai ușoară."[31]

Doi intelectuali englezi vorbeau.

- Ştii la ce mă gândeam?
- La ce?
- Cui i se datorează succesul poporului englez?
- În ce sens?
- Anglia este o ţară de succes nu?
- Da.
- Și atunci cui i se datorează succesul ei?
- Mă miră că nu ştii.
- Nu ştii?
- Nu.
- Lui Dumnezeu.
- Crezi?
- Da.
- Nu nouă poporului?
- Parţial.
- Ce înseamnă acest parţial?
- Îţi voi spune.
- Te rog.
- Disciplinei.
- Disciplinei?
- Da.
- De ce?
- Nu poţi să fi un popor de succes fără disciplină.
- Oare?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă acolo unde nu este disciplină domneşte haosul.
- Cred că ai dreptate.
- Sigur că am.
- Nu ştiam de ce mi-ai spus.
- Ştiai.
- Da?
- Da. Nu erai conştient.
- Aşa este.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Anglia s-a ridicat prin muncă.
- Sunt de acord.
- Acest lucru nu vor să îl înţeleagă mulţi.
- De ce?
- Îţi voi spune de ce.
- Chiar te rog.
- Ştiu o poveste în acest sens.
- Ce poveste.
- De la noi din Anglia.

[31] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).

- Te ascult.
- Era anul 1928.
- Şi?
- Prinţul de Wales, moştenitorului tronului englez a fost invitat la inaugurarea unui monument în Glasgow.
- Frumos.
- S-a adunat o mulţime mare de oameni.
- Îmi dau seama.
- Prinţul de Wales a venit cu maşina.
- Păi dai.
- Mulţimile au început să îl înconjoare din toate părţile.
- Fiindcă era prinţ?
- Da.
- Şi?
- Cineva din mulţime şi-a ridicat tonul.
- Şi ce a spus?
- Încă unul din bogătaşii leneşi din ziua de azi.
- Prinţul a auzit aceste cuvinte.
- Şi?
- I-a răspuns.
- Ce i-a spus?
- Spui să sunt leneş?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă nu faci nimic toată ziua.
- Uite cum este că sunt bogat sunt de acord.
- Da?
- Da.
- Adică?
- Sunt bogat dar nu sunt leneş, a răspuns prinţul.
- Şi?
- Prinţul şi-a continuat drumul.
- Care este morala?
- Că prinţul a ajuns pe merit bogat.
- A, la asta se referea.
- Da.
- Interesant.
- Vezi sunt mai mulţi bogaţi care merită să fie bogaţi.
- Aşa este.
- Sunt mulţi care cu adevărat muncesc să fie bogaţi.
- Ştiu asta.
- Şi pentru acest lucru ajung să fie oameni foarte disciplinaţi.
- Este nevoie de disciplină?
- Pentru a ajunge bogat?
- Da.
- Nu ştiam acest lucru.
- Îl ştii acum.
- Mă bucur.
- Deci ai în înţeles cum stai lucrurile.
- În mare.
- Nu poate fi succes fără disciplină.
- Acest lucru l-am înţeles.
- Mă bucur.[32]

[32] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Mai toți dintre noi voim să ajungem bogați dar nu ne place munca și disciplina care vine din ea. Așa se face că sunt mai mulți care își ratează potențialul de a fi bogați. Nu trebuie să credem că bogăția este un scop în sine cum fac lacomii și avarii însă trebuie să ne dăm seama că Dumnezeu nu ne vrea:

- lipsiți,
- săraci
- și suferinzi.

Disciplina a fost unul dintre atuurile creștinului ortodox din toate vremurile. Acest lucru fiindcă dacă este să privim mai bine la viața lui Iisus vom vedea că El a fost cât se poate de disciplinat. Iisus

- a postit,
- S-a nevoit,
- S-a rugat,
- a făcut asceză
- și a colindat Israelul de-a lungul și de-a latul.

A crede că Iisus nu a fost o persoană a disciplinei este total eronat. În acest sens gânditorul Warren Buffet spunea cât se poate de bine: „nu trebuie să fim mai deștepți decât restul; trebuie să fim mai disciplinați decât restul."[33]

CAPITOLUL 2

PREDISPOZIȚIA SPRE DISCIPLINĂ ȘI NEVOINȚA DE CUCERIRE A DISCIPLINEI

Ceea ce psihologii au putut remarca este că unii oameni se nasc cu o predispoziție spre disciplină. Este vorba de un lucru nativ la fel cum unii au talentul

- picturii,
- muzicii,
- sculpturii,
- actoriei
- sau culturii.

Ei bine alții se poate vedea că sunt mai deficitari când vine vorba de disciplină. În acest sens gânditoarea Elaine Maxwell spunea cât se poate de bine: „voința mea îmi va modela viitorul. Dacă eșuez sau reușesc, nu va fi doar a mea. Eu sunt forța; pot depăși orice obstacol în fața mea sau mă pot pierde în labirint. Alegerea mea; responsabilitatea mea; câștig sau pierde, doar eu dețin cheia destinului meu."[34]

Cei care se nasc cu această predispoziție spre disciplină evident că se vor orienta spre domenii de activitate care să fie în acord cu temperamentul lor:

- armată,
- poliție,
- aviație,
- conducere,
- guvernare
- sau educație.

Aceasta fiindcă ne putem da seama că noi fiind făpturi umane suntem diferiți unii de alții și de mai multe ori suntem cât se poate de potriviți unor activități care sunt în concordanță cu predispozițiile noastre.

Alte persoane nu sunt la fel de disciplinate fiindcă se poate spune că ele se nasc cu un fel de minus când vine vorba de disciplină. În acest sens gânditorul Brian Tracy spunea: „abilitatea ta de a te disciplina pentru a stabili obiective clare și apoi de a lucra pentru ele în fiecare zi, va face mai mult pentru a-ți garanta succesul decât orice alt factor individual."[35]

Discipline este un lucru care cei mai mulți dintre noi nu îl iubim dar nu avem ce face și ajungem să îl respectă. Aceasta fiindcă ne dăm seama că fără de ea lumea ar cădea în

- haos,
- anarhie
- și dezorganizare.

---

[33] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).
[34] Idem.
[35]Ibidem.

Ceea ce poate vedea în zilele noastre este că după cum în creştinismul ortodox există un cult al disciplinei în care marii sfinți au excelat ei bine în lumea seculară există un *cult al succesului.* Acest cult al succesului de cele mai multe ori se reduce la:

- bani,
- faimă,
- celebritate,
- mari funcţii în stat,
- mari poziţii politice
- sau dominaţie.

Despre aceste lucruri gânditoarea Anne Sweeney spunea destul de bine: „defineşte succesul în propriile tale condiții, atinge-l după propriile tale reguli și construiește o viață pe care ești mândru că o trăiești."[36]

Evident că sunt mai mulţi care consideră că de fapt Dumnezeu nu este drept cu ei. De ce? Fiindcă în timp ce alţii se nasc cumva cu disciplina în sânge ei bine ei trebuie să facă

- eforturi
- şi încercări

mari pentru a ajunge să fie disciplinaţi.

O astfel de judecată evident că Îl nedreptăţeşte pe Dumnezeu. De ce? Fiindcă Dumnezeu nu ne-a creat singuri şi să trăim pe cont propriu în această viaţă. Avem nevoie unii de alţii. Ceea ce nu am eu, are semenul meu. Prin urmare Dumnezeu ne-a creat să fim complementari unii altora. În acest sens cei care sunt predispuşi la disciplină pot să îi ajute pe cei ce nu sunt.

În acest sens gânditorul Stephen Covey spunea în acest sens: „abilitatea de a subordona un impuls unei valori este esența persoanei proactive."[37]

Din afirmaţia de mai sus trebuie să ne dăm seama că prin disciplină ajungem

- să preţuim,
- să protejăm
- şi să devenim conştienţi

de valoare şi de ceea ce este valoros.

Totuşi este bine să ştim că oamenii diferă când vine vorba de valori. Cei mai mulţi consideră valori doar bunurile materiale. Trebuie să ne dăm seama că există şi bunuri spirituale.

Valorile noastre sunt de cele mai multe ori cele care ne definesc ca persoane. În acest sens gânditorul J. K Rowling spunea: „alegerile noastre arată ceea ce suntem cu adevărat, mult mai mult decât abilitățile noastre."[38]

Ceea ce se poate vedea este că în zilele noastre sunt mai multe curente

- nihiliste,
- anarhiste,
- atee
- şi agnostice

care ajuns să considere că de fapt în această lume nu există nici o valoare. Acest gen de gândire este aşa fiindcă cei în cauză nu vor să îşi asume disciplina de a slujii aceste valori. Este grav că în lumea noastră s-a ajuns la un astfel de impas.

Este bine să ştim că acest impas nu este primul de acest fel din istoria lumii. Să ne aducem aminte de vremurile antice al păgânismului.

Păgânii nu avea aproape nici o valoare umană. De mai multe ori practicau

- sacrificiul uman,
- orgiile
- şi prostituţia sacră.

În sânul păgânismului a existat o mare nemulţumire în acest sens. Aşa se face că creştinismul ortodox a venit o mare reuşită în acest sens. Iată ce spunea gânditorul Dan Millman: „voința este cheia succesului. Oamenii de succes se străduiesc, indiferent de ceea ce simt, aplicând voința lor de a depăși apatia, îndoiala sau frica."[39]

---

36 https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).
37 Idem.
38 Ibidem.
39 https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023

Este evident că trebuie să ne dăm seama de faptul că cei care au cultul disciplinei bine definit ei bine vor ajunge la un moment dat din viața lor să se bucure de succes sub o formă sau alta. Aceasta fiindcă disciplina aduce un lucru cât se poate de necesar nouă:

- liniştea conştiinţei.

Când eşti disciplinat faci ceea ce trebuie şi conştiinţa este mulţumită. Cei care sunt haotici şi nihilişti sunt unii care nu pun nici un preţ pe disciplină şi ajung să sufere din cauza ei fiindcă ea ajunge să îi mustre. În acest sens gânditoarea Arianna Huffington spunea: „trebuie să acceptăm că nu vom lua întotdeauna deciziile corecte, că uneori vom strica în mod regal – înțelegând că eşecul nu este opusul succesului, ci face parte din succes."[40]

Este adevărat că unii dintre noi suntem mai deficitari când vine vorba de disciplină. Totuşi este bine să ne dăm seama că nu trebuie să abandonăm. De ce? Fiindcă disciplina este un lucru care ajunge să ne facă să fim unii:

- integrii,
- maturi,
- experimentaţi
- şi responsabili.

Disciplina este un lucru care ajunge să ne facă mult mai buni şi mai conştienţi de importanţa slujirii binelui. Binele se manifestă şi prin disciplină. Totuşi sunt mai mulţi care au o disciplină trunchiată fiindcă după cum am spus mai sus ajung să facă răul.

S-a putut vedea mai ales în cazul criminalilor în serie că ei dau dovadă de multă disciplină. Îşi plănuiesc crimele cu mare minuţiozitate. Totuşi după cum ne spune criminalistica nu există crimă perfectă.

Marele om de stat american George Washington spune cât se poate de inspirat: „disciplina este sufletul unei armate. Face ca numărul mic să fie redutabil pentru cei slabi și pentru toți."[41]

Predispoziţia spre disciplină este un lucru care trebuie să ne dăm seama că este bună pentru cei care vor să ajungă

- lideri,
- conducători,
- oameni cu multă responsabilitate
- şi persoane de influenţă.

Aceasta fiindcă după cum am spus trebuie să ne dăm seama că disciplina este esenţială pentru lumea noastră. Ea ajunge să fie de mai multe ori confundată cu

- ordinea
- şi echilibrul.

Totuşi disciplina este un lucru important în sine şi prin aceste rânduri voim să certificăm că se merită să fim ancoraţi în ea.

Fiindcă sunt din ce în ce mai puţine persoane care cred în omul de caracter ei bine lor le spunem că cu adevărat un om de caracter este şi un om disciplinat. De ce? Fiindcă el este unul care este de cuvânt. Avem nevoie din ce în ce mai mult de oameni de cuvânt – care se țin de cuvântul dat – fiindcă aceasta este o dovadă de mare caracter.

Gânditorul Grenville Kreisler spunea în acest sens: „prin autodisciplină constantă și autocontrol puteți dezvolta măreția caracterului."[42] Este nevoie să ne dăm seama că omul de caracter este unul de care avem nevoie şi pe care trebuie

- să îl încurajăm,
- să îl susținem,
- să îl protejăm
- şi să îl dezvoltăm.

Caracterul şi disciplina sunt două lucruri care se leagă unul de altul. Este bine să ne dăm seama de acest lucru fiindcă în acest mod vom ştii să lucrăm la ambele şi să ne facem o personalitate cât se poate de

- reuşită,
- originală,
- bună
- şi matură.

---

[40] https://aliatsanatate.ro/15-citate-despre-autodisciplina-de-la-oameni-celebri/ (accesat pe 21.12.2023).
[41] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[42] Idem.

Înțelepciunea extremului orient a ajuns şi ea la concluzia că disciplina duce la fericire în timp ce lipsa ei duce la suferință. Aceasta fiindcă deşi mai nimeni nu vrea să sufere sunt mai puţini cei care vor să păşească pe calea disciplinei. Aşa se face că în mai multă lume există acest conflict la disciplinei. Exteriorul ne împinge spre disciplină în timp ce interiorul se opune şi ţine rezistenţă. Gânditorul Dawson Trotman spunea în acest sens: „disciplina impusă din exterior învinge în cele din urmă atunci când nu este potrivită cu dorința din interior.”[43]

Doi creştini ortodocşi greci discutau.

- Și cum îți mai merge?
- Bine, slavă Domnului.
- Mă bucur.
- Dar ţie?
- Am o nouă preocupare.
- Care?
- Disciplina.
- Ce fel de disciplină?
- Disciplina la toate nivele ei.
- Adică?
- Mi-am dat seama de importanţa ei.
- Asta este bine.
- Sigur că este bine.
- Vezi eu nu m-am prea gândit la disciplină.
- Nu este bine.
- De ce?
- Fiindcă ea nu este un lucru care vine de la sine.
- Crezi?
- Da.
- Trebuie să fie cultivată.
- Dar cum?
- Sistematic.
- Și mai cum?
- Cu răbdare.
- Aici sunt de acord.
- De ce?
- Eu nu prea am răbdare.
- Dacă vrei să fi disciplinat trebuie să ai răbdare.
- Răbdarea este o disciplină în sine.
- Aşa este.
- Mă bucur că eşti de acord.
- Sunt.
- Mai este ceva.
- Ce?
- Se merită disciplina?
- Da.
- De ce?
- Îți voi spune eu de ce.
- De ce?
- Oamenii sunt dispuşi să moară pentru libertate.
- Dar pentru disciplină?
- Și pentru ea.
- Cum?
- Îți voi spune o întâmplarea din istoria Greciei.
- Te rog.
- Este din antichitate.
- Te ascult.

[43] Ibidem.

- Regele Filip a ajuns în cuceririle sale lângă ţara lacedemonienilor.
- Şi?
- S-a decis să o cucerească.
- De ce?
- Fiindcă avea setea de putere.
- Înţeleg.
- A făcut planuri şi era gata de luptă.
- Şi?
- A voit să vadă cum privesc lacedemonienii asediul asupra ţării lor.
- Aşa şi?
- L-a întrebat pe un lecedemonian.
- Ce?
- Ce veţi face voi acum?
- Că ai venit cu război?
- Da.
- Cum adică ce vom face?
- Da ce veţi face?
- Îţi spun eu ce vom face.
- Ce?
- Vom lupta.
- De ce?
- Cum de ce?
- Aşa. De ce?
- Vom murii vitejeşte în luptă.
- Dar de ce să muriţi? Nu mai bine vă predaţi?
- Nu, vom murii.
- De ce?
- Fiindcă mai bine murim în luptă decât să fim sclavi.
- Vă pasă de libertate?
- Cum să nu rege Filip.
- De ce?
- Fiindcă noi lacedemonienii iubim libertatea şi alegem să murim dacă nu o avem.
- Asta este toată povestea?
- Da.
- Este interesantă.
- Aşa este.
- Cu adevărat se merită uneori să mori pentru libertate.
- Ai dreptate.
- Şi care este legătura cu disciplina?
- Disciplina se înrudeşte cu libertatea.
- De ce?
- Fiindcă fără de ea viaţa ar fi un haos.
- Ar fi o viaţă urâtă?
- Da.
- Ai dreptate.
- Vezi?
- Nu eram conştient că disciplina este atât de im portantă.
- Să fi conştient.
- Am să fiu.
- Disciplina ajungi să o preţuieşti când nu o mai ai.
- La fel cu multe lucruri.
- Aşa este.
- Evident.[44]

---

[44]Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Oamenii sunt dispuşi să moară pentru libertate dar pentru disciplina care le organizează libertatea nu prea. Se poate spune că în sens creştin ortodox disciplina este la fel de importantă ca libertatea. Ele nu sunt numai idealuri filosofice ci şi practică creştin ortodoxă.

Este bine să devenim disciplinaţi pe cont propriu fiindcă dacă nu o facem

- lumea
- şi împrejurările concrete ale vieţii

o vor face pentru noi. În acest sens gânditorul William Feather spunea cât se poate de bine: „dacă nu ne disciplinăm, lumea o va face pentru noi."[45]

Disciplina este evident că ajungem să o moştenim genetic însă nu trebuie să credem că ea este doar o problemă de

- genetică
- şi moştenire de familie.

Disciplina este o predispoziţie pe care noi cu toţii trebuie să o dezvoltăm.

Am spus mai sus mai multe despre cei care se nasc cu disciplina în sânger – fiindcă sunt multe astfel de persoane – şi acum vom vorbii puţin despre cei care

- au nevoie,
- trebuie să facă eforturi
- şi trebuie să deprindă

disciplina.[46]

Unul dintre cele mai multe mijloace pentru a dobândii disciplina în viaţa noastră – atunci când nu o avem – este motivaţia. Mai bine spus trebuie să fim cât se poate de conştienţi de ce voim să devenim disciplinaţi. În acest sens gânditorul David Campbell spunea: „disciplina înseamnă amintirea a ceea ce vrei."[47] Aceasta fiindcă este bine să ştim că nimeni nu vrea să fie disciplinat numai de dragul de a fi disciplinat. Mai trebuie să fie

- un scop,
- o motivaţie,
- un motiv
- sau o raţiune fundamentală.

Atunci când voim cu adevărat este adevărat că devenim disciplinaţi. Ceea ce este mai trist este că sunt mulţi care nu prea vor să fie disciplinaţi deşi le pretind celor din jur acest lucru.

La fel de bine motivaţia este una care face ca disciplina să fie raţională. Iraţionalii nu sunt disciplinaţi fiindcă ei nu văd nici un folos în aplicarea ei. Gânditorul Lou Holtz spunea cât se poate de frumos în acest sens: „fără autodisciplină, succesul este imposibil, punct."[48]

Disciplina prin urmare este un lucru care aduce cu sine mai multe beneficii

- religioase,
- morale,
- spirituale,
- psihologice
- sau materiale.

După cum am spus oamenii tind să fie disciplinaţi când au o motivaţie puternică în acest sens. Trebuie să ne dăm seama de acest lucru când sunt mai mulţi psihologi care ajung să investigheze toate tainele sufletului omului. Literatura ascetică creştin ortodoxă este plină de

- exemple,
- modele
- şi repere

de sfinţi şi părinţi duhovniceşti care au ajuns să se nevoiască şi să ducă o viaţă cât se poate de disciplinată. De mai multe ori trebuie să ştim că disciplina este un lucru care ţine mai mult de persoană şi nu de colectivitatea de oameni. Sfântul Paisie Aghioritul vorbea la un moment dat de un părinte athonit care putea fi văzut în capitala Sfântului Munte Athos Caries că era puţin mai ameţit de alcool. Ei bine acesta a fost crescut de o familie de necredincioşi ţi de mic copil era învăţat să bea. Ca şi copil bea până cădea jos de beţie. Ei bine cu tipul el s-a mai

[45] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[46] A se vedea Sfântul Nicodim Aghioritul, *Deprinderi duhovniceşti* (Alba Iulia, 1995).
[47] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[48] Idem.

înarmat împotriva beției dar nu a putut să stârpească total prostul obicei de a bea. Așa se face că uneori era mai amețit.

Întâmplarea de mai sus ne spune că trebuie să înțelegem mai mult disciplina la nivel *personal* și nu ca un act colectiv. Totuși trebuie să știm că disciplina este și o problemă de colectiv. Sunt popoare mai disciplinate în timp ce altele sunt mai haotice. Pentru a aduce disciplina ca o categorie a colectivului este nevoie de multă educație. Cu alte cuvinte omul trebuie să știe

- de ce,
- pentru ce
- și cum

să fie disciplinat.

În acest sens gânditorul Jim Whittaker spunea: „nu poți cuceri niciodată muntele. Nu te poți cuceri decât pe tine."[49] Aceasta fiindcă este bine să știm că în creștinismul ortodox sunt și mulți care sunt

- râvnitori,
- plini de evlavie
- și de bune intenții.

Totuși ei trebuie să știm că de multe ori măsura lor nu este cea a sfinților. Sfinții creștin ortodocși au ajuns la o măsură

- totală,
- deplină
- și întreagă

a disciplinei.

Disciplina când este cultivată ajunge să ne lase fără de regrete. Aceasta fiindcă nu mai trăim cu calificativul *al fi putut să fiu disciplinat dar nu am vrut*. La fel de bine gânditorul Jim Rohn spunea cât se poate de bine: „pentru fiecare efort disciplinat există o recompensă multiplă."[50]

Este bine să ne dăm seama de care sunt implicațiile disciplinei și de ce ea este importantă pentru noi. Sunt mulți care sunt disciplinați fără să știe

- bine
- și exact

de ce o practică. Ei la un moment dat se vor stinge din disciplină. Aceasta fiindcă după cum am spus a fi disciplinat pe termen lung necesită o motivație puternică.

Președintele american Theodore Roosevelt a fost și el cât se poate de încrezător în disciplină atunci când a spus: „cu autodisciplina, orice este posibil."[51] Aceasta fiindcă este bine să știm că sunt mulți care ar putea fi persoane disciplinate dar nu sunt fiindcă sunt:

.- leneși,
- delăsători,
- aiuriți
- sau plictisiți de viață.

Acolo unde intervine plictisul cronic este bine să știm că nu prea poate exista disciplină. Plictisul este o stare des întâlnită în zilele noastre. Omul ajunge să se plictisească destul de repede azi de:

- televizor,
- internet,
- familie,
- prieteni
- sau locul de muncă.

Ceea ce nu știu cei care nu vor să audă de disciplină este că după cum spunea gânditoarea Marie Chapian: „lipsa disciplinei duce la frustrare și ură de sine."[52] Sunt mai mulți care fiindcă sunt superficiali la un moment dat ajung să își dea seama că nu se plac

- deloc
- și total

pe sine.

---

[49] Ibidem.
[50] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[51] Idem.
[52] Ibidem.

Aceasta fiindcă ei pot să constate că lipsa disciplinei aduce mai multe carenţei personalităţii. Psihologia convenţională ne spune că pentru a ajunge să deprindem disciplina este bine să facem lucrurile care nu ne plac – dar care trebuie să fie făcute – atunci când ne simţim cel mai leneşi. Aceasta fiindcă în acest mod ne educăm şi ajungem să creştem spiritual. Filosoful grec Platon spunea foarte bine în acest sens: „prima și cea mai bună victorie este cucerirea sinelui."[53]

Sinele nostru de cele mai multe ori este cel mai mare

- duşman
- şi inamic

al disciplinei. Aceasta fiindcă dacă sinele nu vrea să se disciplineze atunci nici chiar Dumnezeu nu o face pentru noi fiindcă ştim că El ne respectă libertatea.

Disciplina trebuie să ne dăm seama că are un efect benefic asupra

- sinelui
- şi a personalităţii în general.

Totuşi sunt mai mulţi care nu sunt deloc mulţumiţi cu disciplina şi recurg la mai multe

- scuze
- şi apologii

pentru un comportament superficial şi haotic.

Disciplina este una care ajunge să ne facă un viitor mai bun chiar dacă prezentul este puţin mai amar. Trebuie să ne dăm seama de acest lucru fiindcă sunt mai mulţi care sunt cât se poate de dornici de o zi de mâine

- mai bună,
- mai frumoasă
- şi mai prosperă.

Marele om de stat Harry S. Truman spunea şi el despre disciplină: „dacă vreau să fiu grozav, trebuie să câștig victoria asupra mea ... autodisciplina."[54] Sinele de mai multe ori trebuie să fie cucerit. De ce? Fiindcă el poate să ajungă să fie unul care este

- stăpânit,
- cucerit
- şi dominat

de demoni.[55]

Sinele prin urmare este cheia disciplinei. Nu trebuie să credem că disciplina constă numai şi numai în

- dietă,
- îmbrăcăminte,
- maniere
- sau banii pe care îi avem.

Disciplina este un lucru pe care este bine să ştim că vom ajunge să îl punem în practică la potenţă maximă după ce vom face

- ordine,
- rânduială
- şi curăţenie

în sufletul nostru.

Cu privire la disciplină gânditoarea Maria Montessori spunea cât se poate de bine: „disciplina trebuie să vină prin libertate. . . . Nu considerăm un individ disciplinat numai atunci când a fost redat la fel de tăcut artificial ca un mut și la fel de imobil ca un paralitic. El este un individ anihilat, nu disciplinat."[56]

Dacă sinele, adică sufletul nostru, este pentru disciplină ei bine ne dăm seama că vom ajunge să fim persoane integre şi reuşite. Aceasta fiindcă în acest mod ne-am atins unul dintre principalele

- scopuri
- şi motivaţii:

acelea de a face ordine în viaţa noastră.

Este bine să fim conştienţi că există o puternică legătură dintre disciplină şi ordine. Nu poate exista ordine fără disciplină şi invers. Trebuie să ne dăm seama de acest fapt.

---

[53] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[54] Idem.
[55] A se vedea Mănăstirea Paraclitu, *Demonii și lucrările lor* (Galați, 2007).
[56] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

Gânditoarea Katharine Hepburn a mers încă un pas înainte când a spus că: „fără disciplină nu există viaţă deloc."[57] Se poate foarte bine înţelege şi de ce. Este nevoie să ne cultivăm disciplina fiindcă ea ne organizează viaţa şi în acest mod vom ajunge să ne bucurăm de ea mult mai mult. Ceea ce este mai trist este că sunt mai multe mişcări sociale în zilele noastre care contestă disciplina şi nici nu o văd importantă. Cei naivi şi creduli evident că vor ajunge să o adere la aceste mişcări.

Doi filosofi discutau într-o zi.

- Că tot ne-am întâlnit.
- Ce este?
- Ce părere ai de disciplină?
- Una bună.
- Mă aşteptam la asta.
- De ce?
- Fiindcă ştiu că este disciplinat.
- Sunt mulţi care nu sunt.
- Aşa este.
- Dar de ce te preocupă disciplina?
- Vreau să intru mai în profunzime în problematica ei.
- Asta este bine.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă vei ajunge să fi mult mai disciplinat chiar tu.
- Oare?
- Da.
- Nu ştiu ce să spun.
- Sunt mai multe categorii de oameni.
- Ştiu asta.
- Unii sunt conştienţi de disciplină…
- Şi alţii inconştienţi?
- Da.
- Şi?
- Ei bine disciplina nu trebuie să fie un act inconştient.
- De ce?
- Fiindcă atunci este mai mult un lucru iraţional.
- Fiindcă nu a intrat în aria de activitate a minţii?
- Da.
- Nu ştiam acest lucru.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Este bine să vezi toate valenţele disciplinei.
- De ce?
- Fiindcă se poate să stai cu cineva care nu este disciplinat.
- Şi?
- Acela să profite de pe tine.
- Cum?
- Îţi voi spune cum.
- Chiar te rog.
- Tu de Dionisie Laertios ai auzit?
- Autorul antic care a scris Vieţile filosofilor?
- Da.
- Ei bine el a consemnat ceva interesant.
- Ce anume?
- O întâmplate.

---

[57] Idem.

- Spune.
- Se leagă de filosoful cinic Diogene.
- Anume?
- În împrejurări suspecte Diogene a fost vândut ca sclav unui om pe nume Xeniade.
- Şi?
- Ei bine prietenii lui au aflat.
- Trebuie să facem ceva.
- De ce?
- Trebuie să îl eliberăm pe Diogene.
- Aşa este.
- Nu merită să fie sclavul lui Xeniade.
- Evident.
- Ce ar fi să mergem şi să vorbim chiar cu Diogene?
- Poate ne dă el o sugestie?
- Da.
- Prietenii lui Diogene au mers la el.
- Diogene cum mai eşti?
- Sunt bine.
- Ne bucurăm.
- Foarte bine.
- Cum să facem să te eliberăm?
- Să mă eliberaţi?
- Da.
- În nici un caz.
- Cum adică?
- Nu trebuie să mă eliberaţi.
- De ce?
- Nu vă temeţi de soarta mea. Au doară nu ştiţi că leii nu slujesc celor cari îi alimentează, ci alimentatorii slujesc leilor? Leul rămâne leu, ori unde se aflã.
- Adică?
- Xeniade are mult mai mult de plătit pentru grija mea decât am eu pentru el.
- Eşti sigur?
- Da.
- Nu ne-am gândit la asta.
- Să vă gândiţi acum.
- Bine.
- Asta este toată povestea?
- Da.
- Şi care este morala?
- Că trebuie să fi foarte calculat.
- De ce?
- Fiindcă de multe ori ceea ce în aparenţă pare un câştig în realitate nu este.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- A spus-o chiar Diogene.
- Costa mult în antichitate să ţi un sclav nu?
- Da.
- Mă gândeam eu la sta.
- Vezi?
- A fost bună povestea cu Diogene.
- Mă bucur că ţi-a plăcut.
- Sigur că mi-a plăcut.[58]

[58] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Se poate vedea aici că de multe ori ceea ce în aparenţă pare a fi un câştig ei bine nu este în realitate. La fel de bine există şi un revers la această situaţie: disciplina nu pare un lucru bun la prima vedere dar mai apoi dacă este cultivată sistematic ei bine ea ne aduce numai

- beneficii,
- câştiguri
- şi profit.

La fel de bine mai trebuie să ştim că după cum spunea gânditorul M. Scott Peck: „disciplina este înţelepciunea şi invers."[59] Aceasta fiindcă cu cât suntem mai disciplinaţi cu atât ajungem să fim mai înţelepţi. Prin urmare este bine să ştim că nu este deloc o dovadă de înţelepciune să nu fi disciplinat. Aceasta fiindcă în nici un fel înţelepciunea nu înseamnă:

- haos,
- dezorganizare,
- anarhie
- şi lene.

CAPITOLUL 3

SFINŢENIA ŞI MORALITATEA CREŞTIN ORTODOXĂ ÎNSEAMNĂ DISCIPLINĂ

Cine crede că sfinţenia nu are nimic de a face cu disciplina trebuie să ştim că se înşeală. Aceasta fiindcă este evident că cele două se leagă una de alta. Nu se poate vorbii de sfinţenie fără de disciplină. Totuşi trebuie să ştim că disciplina poate să existe şi fără de sfinţenie. Aceasta fiindcă sunt destul de mulţi oameni răi care sunt cât se poate de disciplinaţi.

Sfinţii au fost unii care au cultivat disciplina în mod sistematic. Gânditorul Daniel Goldstein spunea foarte inspirat: „cred că autodisciplina este ceva, este ca un muşchi. Cu cât îl exercitaţi mai mult, cu atât devine mai puternic."[60]

Pentru a ajunge la sfinţenie ei bine sfinţii creştin ortodocşi au ajuns de a făcut lucruri extreme

- au ieşit în deşert,
- au ieşit în pustie,
- au stat pe stâlpi,
- s-au nevoit,
- au posti
- sau au preferat să fie la mila tuturor.

Asceza creştin ortodoxă este adevărata disciplină a sfinţilor. Au fost şi unii care au ajuns să aibă o înţelegere greşită a ascezei şi disciplinei creştin ortodoxe. Ştim că scriitorul bisericesc Tertulian a fost atât de mult şi de aspru cu postul că s-a îmbolnăvit la ficat şi a murit prematur.

Prin urmare este bine să ştim că dictonul lui Socrate *cunoaşte-te pe tine însuşi* se aplică şi în cazul sfinţilor creştin ortodocşi. Nu poţi să faci o asceză şi nevoinţă extremă dacă nu ai harul lui Dumnezeu cu tine care să te întărească. Noul Testament ne spune că atunci când Iisus s-a retras în pustia Carantaniei ei bine nu a mâncat 40 de zile şi nopţi. Ei bine nu toţi putem face ceea ce a făcut Iisus.

Gânditorul Joseph Addison spunea aşa: „autodisciplina este aceea care, alături de virtute, ridică cu adevărat şi în esenţă un om deasupra altuia."[61] Afirmaţia de mai sus este una care se potriveşte foarte bine sfinţilor creştin ortodocşi fiindcă este bine să ne dăm seama că sfinţii creştin ortodocşi prin disciplină au ajuns

- să depăşească,
- să se ridice
- şi să fie deasupra

celor

- pătimaşi
- şi viciaţi.

Sfântul creştin ortodox este un om al disciplinei însă nu orice fel de disciplină ci

- asceza

---

[59] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[60] Idem.
[61] Ibidem.

- şi nevoinţa

creştin ortodoxă.[62]

Nevoinţa creştin ortodoxă este una care constă în mai multe lucruri pe care le face sfântul:

- metanii,
- închinăciuni,
- privegheri de noapte,
- post,
- ascultare,
- tăcere,
- meditaţie
- sau plânsul păcatelor.

De mai multe ori sfinţii sunt asaltaţi de ispite şi uneori chiar de demoni. Se ştie că unui sfânt un demon i s-a arătat în chipul unei femei voluptoase şi vroia să se împreuneze cu el. Ei bine de mai multe ori sfinţii nu trebuie să asculte de sine şi de propriile lor porniri pentru a ajunge la nepătimire.

Gânditorul Claude Adrien Helvetius spunea un lucru care se merită să îl menţionăm aici: „disciplina este pur și simplu arta de a-i face pe soldați să se teamă de ofițerii lor mai mult decât de inamic."[63] Aceasta fiindcă este bine să ştim că trebuie să fim persoane care să ajungem să ne dăm seama că de mai multe ori ascultarea este un lucru mai bun decât a asculta de propria ta persoană.

Sunt mulţi care pun

- propria persoană,
- propriul ego,
- propria voinţă
- şi propriile dorinţe

mai presus de orice. Ei bine sfinţii creştin ortodocşi nu fac acest lucru. Ei pun voinţa şi poruncile lui Dumnezeu mai presus de orice.

Disciplina sfinţilor este:

- totală,
- minuţioasă,
- profundă
- şi deplină.

Trebuie să ne dăm seama de acest lucru în zilele noastre când sunt mulţi care consideră că sfinţii sunt

- neactuali
- şi demodaţi.

Sfinţenia creştin ortodoxă trebuie să ştim că este şi o problemă de interes în cele din urmă. Sfântul vrea să fie cu Dumnezeu şi are tot interesul să asculte de El. gânditorul Tom Zmeu spunea în acest sens: „disciplina și concentrarea sunt o chestiune de interes."[64]

Este bine să ne dăm seama că sfinţii sunt unii de la care putem învăţa ce este disciplina creştin ortodoxă. Aceasta fiindcă ei au fost unii care au demonstrat că ea nu este

- iraţională,
- ilogică,
- fără sens,
- fără noimă
- şi fără semnificaţie.

Că disciplina poate să fie şi o formă de eliberare ne-o spune H. A. Dorfman: „autodisciplina este o formă de libertate. Eliberarea de lene și letargie, libertatea de așteptările și cerințele altora, eliberarea de slăbiciune și frică - și de îndoială. Autodisciplina permite unei persoane să-și simtă individualitatea, puterea interioară, talentul. El este stăpânul, mai degrabă decât un sclav al gândurilor și emoțiilor sale."[65]

Disciplina ne eliberează de toate lucrurile negative care ne fac să vegetăm şi să nu fim eficienţi deloc. Omul disciplinat este o persoană care ştie ce vrea de la viaţă. Ei bine sfântul creştin ortodox evident că şi el este

---

[62] A se vedea Dumitru Stăniloae, *Spiritualitate creştin ortodoxă. Ascetica şi mistica* (Bucureşti, 1993).

[63] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

[64] Idem.

[65] Ibidem.

o persoană care ştie foarte bine în ce direcţie se îndreaptă fiindcă este disciplina de fier a nevoinţei cea care permanent îi ajută să ştie unde se situează.[66]

Este evident că sfinţenia este un lucru care nu este

- absurd
- şi iraţional.

Aceasta fiindcă sunt mai mulţi sfinţi care aparent fac mai multe lucruri de acest fel (absurde şi iraţionale).

Sfinţenia este una care de mai multe ori devine:

- supra-raţională
- şi supra-logică.

Acesta fiindcă sfinţii au ajuns să facă minuni. Se ştie că era un sfânt care a fost întrebat de un înger dacă vrea să primească darul de a face minuni. Sfântul a spus că vrea să primească acest mare dar numai că vrea ca minunile să fie făcute totdeauna în spatele lui pentru ca el să nu le poată vedea şi în acest mod să se mândrească.[67]

Sfinţii mai au un lucru care la mai mulţi dintre noi ne lipseşte: faptul că ei iubesc pe toată lumea. Este şi acest lucru o problemă de disciplină. Se ştie de cazul uni sfânt care fiindcă a ucis din neatenţie o muscă a ajuns să plângă mai multe zile. Gânditoarea Bessie Head spunea în acest sens: „o disciplină pe care am observat-o este o atitudine de iubire și venerație față de oameni."[68]

Pentru mai multă lumea iubirea este un lucru care nu înseamnă disciplină. Adică la ce este nevoie să fi disciplinat pentru a iubii? Cei mai mulţi suntem de părere că iubirea

- vine de la sine,
- este fără obligaţii
- şi este uşoară.

Toate aceste lucruri sunt evidente. Atunci de ce să mai vorbim de o *disciplină a iubirii?* Vom ilustra acest caz cu o întâmplare. Se spune că un rac tot cădea într-o groapă. Un călugăr îl tot scotea. Atunci când o făcea racul îl muşca cu cleştii lui pe călugăr de mână. Totuşi călugărul îl tot scotea afară din gaură.

- Părinte ce faceţi?
- Nu se vede?
- Ba da.
- Și atunci?
- Racul vă tot mușcă cu cleștii lui când îl scoateți afară.
- Așa este.
- Și de ce o tot faceți?
- După cum obiceiul racului ca lighioană este să muște cu clești, ei bine obiceiul meu călugăresc este să îl ajut.

Se poate vedea aici care este puterea disciplinei. Disciplina este aplicată de sfinţi fără discriminare. Aceasta fiindcă sfinţii sunt unii care nu ţin cont de

- faţa,
- starea socială
- sau bogăţia cuiva.

Ei îi iubesc pe toţi la fel. Prin urmare este adevărat că la sfinţi vom găsii *un cult al disciplinei.* Acest cult al disciplinei nu discriminează pe nimeni şi se seamănă cu iubirea lui Hristos faţă de noi. Gânditorul William Penn spunea foarte bine în acest sens: „nici un om nu este apt să comande altui care nu se poate comanda pe sine."[69] Aceasta fiindcă este foarte uşor să direcţionezi pe alţii fără să te direcţionezi pe tine însuşi.

Sunt mulţi care evident că pozează în oameni de mare sfinţenie şi cuvioşenie. Ei bine vom ajunge să ne dăm seama de cine sunt ei cu adevărat după ce îi vom vedea cum stau cu disciplina. Vom vedea că ei nu prea au disciplină dar au gesturile şi vorbele unor sfinţi în viaţă.[70]

Este adevărat că sunt mulţi care ajung să deznădăjduiască cu privire la sfinţenie. Aceasta fiindcă ei pot să vadă ce disciplină de fier au sfinţii şi se raportează la ea şi își dau seama că nu au mai nici un fel de disciplină. Ei bine trebuie să ne dăm seama că sfinţenia este grea dar nu imposibilă.

---

[66] A se vedea Maria Pastourmadzis, *Sfântul* (Galaţi, 2014).
[67] A se vedea Mihai Urzică, *Minuni și false minuni* (București, 1993).
[68] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[69] Idem.
[70] A se vedea Radu Teodorescu, *Fariseul în multiplele sale camuflaje duplicitare* (Cugir, 2024).

Este adevărat că pentru multă lume disciplina este o povară. Aceasta fiindcă ea implică să respecți mai multe lucruri. Totuşi trebuie să ştim că în sine disciplina este mai mult o libertate. Iată ce spunea în acest sens gânditoarea Julie Andrews: „unii oameni consideră disciplina ca pe o corvoadă. Pentru mine este un fel de comandă care mă face liber să zbor."[71]

Doi ofițeri din armată discutau într-o zi.

- Şi cum mai eşti?
- Bine slavă Domnului.
- Ştii ce mă preocupă?
- Ce?
- De ce se spune că în armată ordinele nu se discută ci se execută.
- Îți spun eu de ce.
- De ce?
- Fiindcă este o problemă de disciplină.
- Adică?
- Nu toți ştiu să dea ordine.
- În ce sens?
- Trebuie să ştii să dau ordine bune.
- Care să ducă la victorie?
- Da.
- Aşa este.
- Şi atunci un ordin nu se discută.
- Înțeleg ce vrei să spui.
- Mă bucur.
- Deci ordinele şi respectarea lor duc la victorie?
- Da.
- Nu mă gândisem la asta.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Cel care dă ordine trebuie să îşi cunoască foarte bine subordonații.
- Cum?
- Vezi tu în armată relațiile sunt cam reci.
- Aşa este.
- Acest lucru nu trebuie să ducă la lipsa de interes față de cel de lângă tine.
- Oare?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă şi el este o persoană.
- Cu suflet?
- Mai ales cu suflet.
- Înțeleg ce vrei să îmi spui.
- Foarte bine.
- Dar cum trebuie să fie această cunoaştere a celui de lângă tine?
- Îți voi spune cum?
- Te rog.
- Trebuie să fie o cunoaştere atentă.
- Adică?
- Dacă ştii că un soldat este mai fricos nu îl vei trimite singur în misiuni de recunoaştere.
- Aşa este.
- Vezi?
- Da.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- O să îți spun.

[71] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

- Te rog.
- Psihologul englez W. H. R. Rivers spunea de un caz interesant.
- Care?
- În timpul primului război mondial a cunoscut un ofiţer care suferea de claustrofobie.
- Interesant.
- El se temea de orice spaţiu închis.
- Dacă era claustrofob îmi dau seama.
- Dar acest ofiţer era extrem de viteaz pe câmpul de luptă.
- Ciudat.
- Este.
- Se temea de spaţiu închis dar nu se temea de moarte.
- Aşa este.
- De ce?
- Asta a voit să afle şi psihologul Rivers.
- Şi a aflat?
- Da.
- Cum?
- Ei bine Rivers a început să îl psihanalizeze.
- Şi ce a aflat?
- A aflat cauza claustrofobiei sale.
- Care era?
- Ofiţerul a spus că din copilărie are o mare frică faţă de tuneluri şi ganguri.
- De ce?
- Când era mic ofiţerul ava obiceiul să vândă obiecte mici unui negustor.
- Interesant.
- Ca să ajungă la magazinul negustorului ei bine el trebuia să treacă printr-un mic tunel.
- Înţeleg.
- Odată când era pe la mijlocul tunelului un câine furios l-a prins de picior.
- S-a eliberat?
- În cele din urmă da.
- Şi?
- De atunci a rămas cu această teamă a spaţiului închis.
- Pare destul de logic.
- Este.
- Traumele au întotdeauna cauze exacte.
- Aşa este.
- Evident.
- Acum îţi dai seama de ce cunoaşterea reciprocă este esenţială în armată?
- Da.
- Mă bucur.
- Dar sunt şi multe abuzuri în armată.
- Asta este o altă poveste.
- Aşa este.
- Cred că această conversaţie a fost cât se poate de utilă.
- Şi productivă sper.
- A fost productivă.
- Dialogul face bine întotdeauna.
- Dar nu în exces.
- Nimic în exces.
- Aşa scria la intrarea în Oracolul de la Delfi?
- Da.
- Ştiam eu ceva.
- Ştiai bine[72]

[72] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Disciplina prin urmare are o psihologie a ei pe care este bine să o studiem dacă voim să o înțelegem. Ceea ce este mai trist este că în zilele noastre sunt din ce în ce mai puțini cei care depun

- efort
- şi sudoare

pentru a îşi da seama de implicațiile psihologice ale disciplinei.

Un aspect important al disciplinei a fost evidențiat de Critias al Atenei care a spus: „dacă vă veți disciplina pentru a vă face mintea autosuficientă, veți fi astfel cel mai puțin vulnerabili la rănirea din exterior.”[73]

De mai multe ori trebuie să ne dăm seama că exteriorul ajunge să ne influenţeze şi nu în bine. Trebuie să fim conştienţi de aceasta şi să nu ne lăsăm prea mult influenţaţi. Iată de ce este nevoie

- să investim,
- să avem încredere
- şi să cultivăm

disciplina.

Cu cât avem mai mult un cult al disciplinei cu atât mai mult vom ajunge să îi înțelegem pe sfinții creştin ortodocşi.

Am enunţat până acum că sfinţenia înseamnă disciplină şi că mai toţi sfinţii creştin ortodocşi au avut cultul disciplinei. La fel de bine şi viaţa morală a creştinului ortodox înseamnă disciplină. Deşi Sfântul apostol Pavel ne spune că *păgânii care nu au lege din fire fac ale legii* ceea ce trebuie să ne dăm seama este că moralitatea este un lucru care impune cu sine:

- disciplină,
- rigoare,
- austeritate
- şi sobrietate.

Gânditorul Sukant Ratnakar spunea că: „autodisciplina este singura putere care te poate menține energizat chiar și în cele mai dificile circumstanțe.”[74] Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că viaţa este plină de neprevăzut şi de mai mult ori ajungem să dăm de lucruri în faţa cărora trebuie să fim pregătiţi.

Cultul disciplinei este unul frumos şi cel mai bine se vede în viaţa morală a creştinului ortodox. Aceasta fiindcă moralitatea este tot ceea ce este

- frumos,
- bun,
- estetic
- şi plăcut.

La fel de bine disciplina este modul prin care idealurile noastre ajung să prindă viață. Gânditorul Jesse Owens spunea în acest sens: „cu toții avem vise. Dar, pentru ca visele să devină realitate, este nevoie de o mulțime de determinare, dăruire, autodisciplină și efort.”[75]

Disciplina prin urmare nu este un scop în sine ci este

- om metod,
- un scop,
- o modalitate
- sau o acțiune

prin care ajungem să aducem în realitate un ideal.

Iată de ce trebuie să ne dăm seama că disciplina este un lucru care evident că ne este de mare folos. Trebuie să ne folosim de ea pentru a face

- binele
- şi moralul.

Moralitatea este una care evident că ne deschide spre noi înşine. Acesta fiindcă moralitatea este mai mult o calitate a sufletului. Gânditorul Henry Ward Beecher spunea în acest sens: „nici un om nu este un astfel de cuceritor, ca cel care s-a învins.”[76]

Este vorba de o învingere a tot ceea ce este imoral şi rău în sufletul nostru. Aceasta fiindcă este bine să fim conştienţi că între moralitate şi imoralitate este un profund

---

[73] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[74] Idem.
[75] Ibidem.
[76] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

- conflict
- şi contrast.

Sunt mai mulţi care cred că disciplina ţine mai mult de psihologie şi nu are nici o legătură cu moralitatea. Ei bine adevărul este că trebuie să ne dăm seama că disciplina este un lucru care are cu sine mai mute implicaţii morale. Aceasta fiindcă pentru a menţine şi a creşte moralitatea din jurul nostru avem nevoie de disciplină.

Iată de ce doctorul James Dobson spunea: „disciplina iubitoare încurajează un copil să respecte alte persoane și să trăiască ca un cetățean responsabil, constructiv.”[77]

Disciplina este una care ajunge să pună în practică moralitatea. Trebuie să ştim că în lumea noastră sunt mai multe dileme morale:

- avortul,
- anticoncepţionalele,
- eutanasia,
- clonarea umană,
- legalizarea prostituţie etc.

Ei bine pentru cei care nu au disciplină morală adevărul este că standardele sunt foarte jos. Aceasta fiindcă dacă nu ai disciplină este foarte greu să fi un om moral. De ce? Fiindcă în lumea noastră sunt mai multe

- ispite,
- oferte,
- îmbieri
- şi chemări

spre imoralitate.

Este adevărat că imoralitatea nu este la fel în toate păcatele. Sunt păcate mai puţin imorale şi păcate mari imorale.

Iată de ce trebuie să ştim că disciplina este una care ne ţine morali şi ne ţine patimile în frâu. Iată ce spunea în acest sens Ralph Waldo Emerson: „autocomanda este principala disciplină.”[78] Prin urmare disciplina creştin ortodoxă ajută la

- autocontrol,
- stăpânire de sine,
- linişte
- şi pace lăuntrică.

Avem nevoie de toate aceste lucruri şi trebuie să ne dăm seama că disciplina este una care ne face să fim autentici. Se ştie că în antichitate un filosof şi-a pus o coroană de flori în cap şi s-a declarat un mare învingător. Întrebat ce a cucerit el a răspuns: am învins

- lenea,
- mânia,
- lăcomia,
- ura
- şi toate relele din sufletul meu.

Cu adevărat cel care are o disciplină a sufletului ajunge să aibă parte de mai multe binecuvântări. Gânditorul W. K. Hope spunea că: „autodisciplina este atunci când conștiința îți spune să faci ceva și nu vorbești înapoi.”[79]

Sunt mai mulţi care eventual nu ştiu care este *măsura disciplinei.* Ceea ce se poate vedea în sufletul nostru este că atunci când luăm o decizie ei bine ajungem să contestăm de mai multe ori lăuntric ceea ce am decis. Aceasta fiindcă suntem persoane

- problematice,
- dificile uneori
- şi mai greu de convins.

Ei bine când omul a ajuns la disciplină ajunge să facă binele fără nici un fel de

- şovăială,
- bombăneli
- şi remuşcări.

[77] Idem.
[78] Ibidem.
[79] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că de mai multe ori între ceea ce dorim şi ceea ce faecem nu prea există un bun acord. Aceasta fiindcă de multe ori

- una dorim
- şi alta facem.

Iată ce spunea în acest sens gânditorul Zig Zoglar: „disciplinați-vă pentru a face lucrurile pe care trebuie să le faceți atunci când trebuie să le faceți și va veni ziua în care veți putea face lucrurile pe care doriți să le faceți când doriți să le faceți!”[80]

Atunci când ajungem la disciplina sufletului ei bine ajungem să facem lucrurile

- morale
- şi bune

iute şi fără de nici o problemă.

Sunt mulţi care cred în moralitate dar când vine vorba să o facă practic ei bine li se pare că lucrurile sunt mult mai complicate şi dificile. Aceasta fiindcă aceste persoane nu au ajuns să se perfecţioneze în disciplină.

La fel de bine trebuie să ne dăm seama că pentru a ajunge la moralitate ei bine trebuie să avem controlate foarte bine gândurile. Gândurile sunt unele care preced disciplina. Aşa că trebuie să fim persoane care să ştim puterea ascunsă a gândurilor.[81]

Iată ce spunea în acest sens gânditorul Nepoleon Hill: „autodisciplina începe cu stăpânirea gândurilor tale. Dacă nu controlați ceea ce credeți, nu puteți controla ceea ce faceți. Pur și simplu, autodisciplina vă permite să gândiți mai întâi și să acționați după aceea.”[82]

Gândul este unul care foarte uşor ajunge faptă. Dacă nu ne disciplinăm gândurile ei bine cu timpul faptele noastre vor ajunge rele. De ce? Fiindcă trebuie să ne dăm seama că gândurile pot să fie rele.

- Desfrânarea,
- lăcomia,
- invidia,
- crima,
- mânia,
- mândria
- sau lenea

cu toatele sunt unele care încep în gând în suflet.

Iată de ce avem nevoie să ne controlăm gândurile. Aceasta fiindcă în acest mod în cele din urmă vom ajunge să avem o conştiinţă morală.

Despre relaţia dintre disciplină şi voinţă vorbea şi marele inventator Nikolai Tesla: „nu puteam obține succes în viața mea decât prin autodisciplină și l-am aplicat până când dorința și voința mea au devenit una.”[83]

Din afirmaţia de mai sus ne putem da seama că în sufletul nostru să de o luptă pentru disciplină. Este vorba de luptă pentru care trebuie să o câştigăm dacă voim să fim oameni

- morali,
- buni
- şi frumoşi la suflet.

Trebuie să ştim de toate aceste lucruri fiindcă ignoranţa în materie de

- disciplină
- şi morală

nu ne face bine.

Aceasta fiindcă prin disciplină ajungem să devenim oameni ai calmului.[84] Calmul este un lucru care trebuie să ştim că leagă disciplina de conştiinţă. Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că conştiinţa noastră este una calmă când facem

- binele,
- virtutea
- şi frumosul.

---

[80] Idem.

[81] A se vedea Evagrie Ponticul, *În luptă cu gândurile* (Sibiu, 2006).

[82] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

[83] Idem.

[84] A se vedea Radu Teodorescu, *Calmul creştin ortodox într-o epocă a neliniştii* (Cugir, 2020).

Ştim că conştiinţa ne mustră când facem răul. Aceasta fiindcă ea este una care se linişteşte şi devine calmă numai când face binele.

Gânditorul Steve Pavlina spunea că disciplina este asemenea unei camere cu comori a cărei cheie o ai numai tu: „când te disciplinezi să faci ceea ce este greu, ai acces la un tărâm al rezultatelor cărora li se refuză toţi ceilalţi. Dorința de a face ceea ce este dificil este ca și cum ai avea o cheie pentru o cameră specială pentru comori."[85]

Doi moralişti discutau într-o zi.

- Şi ce te mai preocupă?
- Un lucru de care puţină lume este interesată.
- Ce anume?
- Disciplina.
- De ce?
- Fiindcă este importantă.
- În ce sens?
- Toată lumea vrea să aibă rezultate.
- Aşa este.
- Dar nimeni nu îşi dă seama că fără de disciplină ele nu pot venii.
- Oare?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă cheia marilor succese este disciplina.
- Sunt mulţi care nu sunt disciplinaţi.
- Aşa este.
- Ei cred că disciplina nu contează.
- Greşesc.
- Vezi că eşti de acord cu mine?
- Sunt.
- Disciplina este un fel de sport al sufletului.
- În ce sens?
- Îl ţine treaz şi vigilent.
- Nu m-am gândit la acest lucru.
- Nu trebuie să fie disciplinat numai pe exterior.
- Ci şi în interior.
- Da.
- Adică?
- Trebuie să îţi disciplinezi sufletul.
- Se poate?
- Da.
- Cum?
- Prin asceză şi rugăciune.
- Ştiam de ele.
- Evident.
- Dar cum se face că sunt mai mulţi care nu vor să accepte disciplina?
- Este rău.
- De ce?
- Fiindcă lipsa de disciplină sufletească este un fel de patimă.
- Adică?
- O să îţi spun.
- Te ascult.
- Este vorba de o întâmplare pe care am auzit-o mai recent.
- De unde?
- De la noi din România.
- Interesant.

[85] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).

- În anul 1918 un soldat negru din armata franceză a intrat în Timişoara.
- Ce clădiri frumoase sunt în acest oraş, îşi spunea el.
- Un trecător l-a văzut.
- Frumos oraş nu?
- Da.
- Păi cum să nu.
- De ce?
- Timişoara este unul dintre cele mai mari oraşe din România.
- Poate.
- Adică?
- Tot mai frumos este la noi în Madagascar.
- De ce?
- Fiindcă acolo pot să vorbesc limba mea.
- Hahaha.
- Amuzant nu?
- Da.
- Şi care este morala întâmplării?
- Omul tot la casa lui trage.
- Adică?
- Omul de mai multe ori este ispitit de rău.
- Şi?
- Totuşi conştiinţa morală în aduce la bine din nou.
- Prin mustrări?
- Da.
- M-am gândit eu.
- Te-ai gândit bine.
- Deci în suflet există dorinţa de bine în mod nativ?
- Da.
- Nu eram conştient de acest lucru.
- Ar trebuii să fi.
- Aceasta fiindcă avem conştiinţă?
- Da.
- Este importantă conştiinţa.
- Se mai numeşte şi glasul lui Dumnezeu în om.
- Asta o ştiam.
- Şi de ce nu ai spus-o?
- Fiindcă nu mi-am adus aminte.
- Înţeleg.
- Conştiinţa este un lucru care ne aduce acasă?
- La fel cum soldatul negru din Timişoara tânjea după casa lui.
- Mi se pare firesc.
- Şi este.
- Acum înţelegi la ce mă refer?
- Pentru a ajunge la disciplină trebuie să respectăm conştiinţa.
- Ceea ce ne spune conştiinţa.
- Ca să fi mai exact.
- Da.
- Am avut ceva de învăţat de la tine azi.
- Mă bucur.
- Dialogul este un lucru care ne deschide spre cunoaştere.
- Da, schimbul de idei.
- Aşa este.
- Mulţumesc pentru ce mi-ai spus.[86]

[86] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Se poate vedea aici că una dintre menirile conştiinţei este să ne aducă acasă. Aceasta fiindcă de mai multe ori în viaţă ne pierdem prin mulţimea de

- fapte,
- gânduri,
- întâmplări,
- ispite
- şi tentaţii.

Un proverb islandez spune că: „cel care trăieşte fără disciplină moare fără onoare."[87] Aceasta fiindcă trebuie să ştim că la un anumit nivel disciplina este şi o problemă de onoare. Aceasta fiindcă este onoarea cea care ne face să fim unii responsabili şi disciplinaţi.

CAPITOLUL 4

DISCIPLINA ÎN VIAŢA CREŞTINULUI ORTODOX: DE PE BĂNCILE ŞCOLII LA LOCUL DE MUNCĂ

Ceea ce se poate spune despre disciplină în viaţa omului este că ea începe să fie cunoscută poate pentru prima dată pe băncile şcolii. În familie în cei 7 ani de acasă se poate spune că omul nu a ajuns la atât de mult la o *conştiinţă a disciplinei.* Aceasta fiindcă omul simte foarte mult căldura căminului – sau mai bine spus ar trebuii să o simtă. Aceasta fiindcă ştim că sunt şi familii disfuncţionale care nu ştiu să aducă căldura familială în sufletul copiilor.

Prin urmare când am intrat în şcoală am putut să vedem că acolo disciplina contează:

- nu trebuie să vorbim în timpul orelor,
- trebuie să fim atenţi la învăţători şi profesori,
- nu trebuie să urlăm,
- trebuie să fim amabili cu colegii,
- trebuie să ne facem temele
- şi trebuie să fim cuminţi.

Este evident că toate aceste lucruri sunt remarcate de copii fiindcă ei îşi dau seama că societatea se bazează pe mai multe reguli care trebuie să fie respectate. Gânditorul Ogden Nash spunea că: „când bunicii intră pe uşă, disciplina zboară pe fereastră."[88]

Aceasta fiindcă după cum am spus în familie trebuie să ne dăm seama că disciplina nu este percepută ca fiind una

- constrângătoare,
- imperativă,
- totală
- şi necesară.

Totuşi disciplina de la şcoală este una care ajunge să şocheze pe mai mulţi. Dintr-o dată chipurile familiei dispar şi apar multe alte chipuri:

- învăţătorii,
- profesorii,
- colegii
- şi restul de funcţionari din şcoală.

În funcţie de acest şoc pe care copilul îl simte cu disciplina de la şcoală el va ajunge să dea şi rezultate la învăţătură. Cei care nu îţi revin din şoc nu vor iubii şcoala şi vor avea rezultate slabe la învăţătură. Cei mai mulţi copii îşi revin şi şocul produs de şcoală şi vor ajunge să înveţe bine.

Gânditorul Frank Burns spunea că: „fără disciplină, armata ar fi doar o grămadă de tipi care îmbracă haine de aceeaşi culoare."[89]

Afirmaţia de mai sus ne spune că trebuie să fim persoane care să ne dăm seama că armata nu este numai un obicei exterior ci mai mult un lucru care se distinge prin disciplină. Disciplina este prin urmare necesară dacă omul vrea să reuşească în viaţă.

---

[87] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[88] Idem.
[89] Ibidem.

Este prin urmare bine să ştim că şcoala este una care nu vrea să ajungă să ne disciplineze numai exteriorul:

- cum arătăm,
- cum ne îmbrăcăm,
- cum ne comportăm în exterior
- sau cu cine suntem prieteni.

La fel de bine menirea şcolii este să aducă disciplina în sufletul nostru:

- cum gândim,
- cum concepem
- sau cum calculăm lucrurile.

Gânditorul Dennis Prager spunea în acest sens: „fericirea depinde de autodisciplina. Suntem cele mai mari obstacole în calea fericirii noastre. Este mult mai uşor să luptăm cu societatea și cu ceilalți decât să ne luptăm cu natura noastră."[90]

Mai apoi evident că disciplina din viaţa copilului va ajunge să fie percepută din ce în ce mai mult:

- pe stradă,
- la locul de joacă,
- cu prietenii
- sau cu colegii

copilul va învăţa că sunt lucruri care trebuie să fie făcute şi unele care trebuie să fie evitate.

Disciplina este privită de copii în general ca fiind compusă din mai multe

- privaţiuni
- şi acest lucru nu trebuie să fie făcut.

Este adevărat că în copilărie ei bine disciplina este cea mai

- grea,
- dificilă,
- complicată
- şi severă.

Toate aceste lucruri fiindcă este bine să ne dăm seama că sunt destul de grele pentru copii. Aceasta fiindcă ei învaţă regulile după care se conduce o societate sănătoasă.

Copii care nu vor să accepte disciplina din societatea din jurul lor ei bine este posibil ca să fie viitori infractori ai lumii noastre. Aceasta fiindcă cei mai mulţi infractori au fost copii problemă. Este adevărat că acest lucru este o regulă însă dacă vom face o psihanaliză a infractorilor vom vedea că într-un fel sau altul copilăria lor a fost una

- problematică,
- nevralgică
- şi dificilă.

Filosoful grec Aristotel spunea că: „prin autodisciplină vine libertatea."[91] Aceasta fiindcă după cum am spus omul este liber însă acest lucru nu înseamnă că totul este permis. Sunt lucruri care în societate se fac şi altele care nu se fac. Este evident că libertatea nu este una care este opusă disciplinei şi acest lucru este mai greu de înţeles pentru copii. Trebuie să le spunem că răspunsurile vor venii cu timpul şi că este bine să fie ascultători de părinţii lor.

Cineva spunea aşa: „disciplina nu rupe spiritul unui copil la fel de des pe cât lipsa acestuia îi frânge inima unui părinte."[92] Aceasta fiindcă atunci când copiii nu sunt

- ascultători,
- buni,
- cuminți
- și liniștiți

ei bine copii lor vor ajunge să sufere foarte mult.

Părinţii au un rol major în a îi face pe copii să îşi dea seama că disciplina în viaţa lor este un lucru bun chiar dacă este mai

- greu

---

[90] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[91] Idem.
[92] Ibidem.

- şi mai dificil.

Atunci când oamenii nu sunt disciplinaţi ei bine ei sunt unii care ajung să îşi găsească mai multe scuze. Unele adevărul este că sunt valabile în timp ce altele sunt simple minciuni. Există o serie de părinți care susțin că îi iubesc pe copii lor şi pentru aceasta le permit orice. De mai multe ori acești copii nu au nici o disciplină şi nu ascultă de nimeni. Acești părinți nu îşi dau seama că le fac un rău copiilor lor fiindcă nu îi cresc în disciplină. Gânditorul Stephen King spunea că: „disciplina şi munca constantă sunt pietrele albe pe care este tăiat cuțitul plictisitor al talentului până când devine suficient de ascuțit, sperăm, pentru a tăia chiar şi cea mai dură carne şi gristle."[93]

Disciplina este un lucru pe care copilul ajunge să o accepte în funcție de insistența cu care i este impusă din exterior. Acesta fiindcă trebuie să ştim că nu avem nici un motiv să îi creştem pe copii

- delăsători,
- fără reguli,
- fără principii,
- fără orientare
- şi fără crezuri puternice.

Copilul însă trebuie să ştim că trebuie să fie abordat pedagogic. Aceasta fiindcă nu trebuie să ne aşteptăm ca el să gândească ca un adult.

Iată de ce părintele trebuie să fie cât se poate de plastic în a îi explica copilului de ce trebuie să fie disciplinat. După cum am spus caracterul copilului ajunge

- să înceapă,
- să se dezvolte
- şi să crească

în copilărie. Acesta este motivul pentru care trebuie să fim cât se poate de atenți cu copii când sunt mici.

Gânditorul Jarod Kintz spunea că: „mâna mea stângă este mâna mea rea. Am dat-o cu mâna dreaptă. S-ar putea să o numiți că aplaudă, dar eu o numesc disciplină."[94] Sunt mai multe lucruri pe care un copil nu poate să le înțeleagă prea bine însă trebuie să ştim că ele sunt în cele din urmă acceptate de el şi vor ajunge să fie înțelese mai târziu. Aceasta fiindcă după cum am spus trebuie să ştim că disciplina este una

- rațională,
- logică,
- frumoasă
- şi spirituală

chiar dacă mintea unu copil nu o poate înțelege.

Este bine să ne dăm seama că Dumnezeu și frica de Dumnezeu începe în copilărie. Aceasta fiindcă copilul ajunge să Îl cunoască pe Dumnezeu mai ales prin intermediul familiei.

În acest se trebuie să ştim că teologul făcea o distincție clară dintre cunoașterea și experiența lui Dumnezeu: „aici ar trebui să facem două remarci foarte importante. Prima este că Sfântul Grigorie, spre deosebire de tradiția anterioară (Vasile cel Mare, Grigorie al Nyssei, Grigorie Theologul, Evagrie și chiar Simeon Noul Theolog) face distincție între teologie și teoptie. De fapt, ceea ce Părinții menționați numeau teologie, Palama numește teoptie - vederea lui Dumnezeu. Cunoașterea teologică este deosebită de cunoașterea teoptică, gnoza teologică este deosebită de gnoza teoptică. Poziția lui este clară: *iar teologia într-atâta e departe de vederea lui Dumnezeu în lumină și într-atâta e deosebită de petrecerea dimpreună cu Dumnezeu: pe cât e despărțit prin hotar faptul de a ști despre un lucru de a dobândi acel lucru; că nu totuna este a spune ceva despre Dumnezeu și a te afla dimpreună cu El* (*Pentru cei ce…* 2, 3, 49 și 50, GA 3, pp. 551-553). Această diferență a lui Palama față de Părinți este evident una terminologică. Profesorul Mantzaridis ne spune că sfântul face această distincție între teologie și teoptie pentru că pe baza înțelesului termenului *teologie* din vremea sa el nu avea cum să nu-l numească pe Varlaam teolog (*Palamice*, p. 89). Sfântul Grigorie nu micșorează însemnătatea teologiei, ci o deosebește de teologia adversarilor, iar în același timp subliniază și legătura neclintită pe care teologia adevărată o are cu izvorul ei, teoptia (*Introducere* la *Grigorie Palama* 3, GA 3, p. 32)."[95]

---

[93] https://rum.cm-sobral-monte-agraco.pt/85-best-discipline-quotes-that-have-changed-my-life (accesat pe 21.12.2023).
[94] Idem.
[95] Cristian Chivu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/theognosia-in-invatatura-sfantului-grigorie-palama-178895.html (accesat pe 21.12.2023).

Vederea lui Dumnezeu este un lucru care ajunge să ne imprime în noi anumită disciplină pe care trebuie să o avem în vedere fiindcă sunt mulți care nu vor să aibă de a face nimic cu Dumnezeu. Este bine să știm că ajuns în adolescență ei bine copilul va ajunge să își dea seama de ce nu i s-au permis mai multe lucruri când a fost copil și va ajunge să își mai mult părinții.

Adolescentul este unul care începe să devină conștient de existența lui Dumnezeu și începe să devină serios cu privire la acest lucru. Adolescentul ajunge să înțeleagă chiar dogmele Bisericii. Tot teologul Cristian Chivu spunea: „a doua remarcă este că Sfântul Grigorie nu dă o importanță mai puțină cunoașterii teologice, *cunoașterea dogmelor despre Dumnezeu*, cum o numește el, dar aceasta trebuie să fie legată de viața duhovnicească *pentru a teologhisi fără primejdie (Pentru cei ce…,* 1, 3, 15, GA3, p. 181). Această cunoaștere a lui Dumnezeu se face în Biserica lui Hristos, *comunitatea îndumnezeirii,* cum o numește Palama, cea care este chezașul adevărului despre Dumnezeu (*Cuvinte doveditoare*, 1, 78, p. 149 și *Desființarea scrisorii lui Ignatie*…, GA 7, p. 401). Sfânta Scriptură este izvor de cunoaștere a lui Dumnezeu și este tâlcuită de Părinții care, *mișcați de Duhul Sfânt*, *au fost învățați de Dumnezeu și, următori lui Dumnezeu făcându-se, ne-au învățat și pe noi* (*Epistola către Varlaam,* 1, 58, GA 2, p. 201). Alt izvor de theognosie sunt și *Predaniile cele sfinte, scrise și nescrise,* dar și viața Bisericii al cărei centru este Sfânta Euharistie (*Mărturisirea de credință*, 7, p. 467).”[96]

Doi săteni discutau într-o zi.

- Și ce mai faci?
- Bine, slavă Domnului.
- Și eu.
- Mă bucur.
- Știi ce mă interesează?
- Ce?
- De ce unii oameni au succes și alții nu?
- Asta te interesează?
- Da.
- Este o problemă veche de când lumea.
- Și?
- Un răspuns exact nu s-a găsit.
- Nu?
- Nu.
- Dar răspunsuri mai aproape de adevăr sunt.
- Care?
- Vrei să îți spun părerea mea?
- Da.
- Eu cred că este o chestiune de disciplină.
- Disciplină?
- Da.
- În ce sens?
- Tu de restauratele fast food McDonalds ai auzit?
- Da.
- Aceste restaurante au început să apară în America la mijlocul secolului XX.
- Și?
- Care a fost motivația apariției lor?
- Care?
- Când mergeau la restaurant ei bine oamenii trebuiau să aștepte mai mult timp până li se făcea meniul n bucătărie.
- Așa este.
- Și au fost cei de la McDonalds care au venit cu soluția?
- Da.
- Cum?
- Au calculat toți pașii pentru a face un hamburger și pentru a prăjii cartofi.
- Înțeleg.

[96] Idem.

- Bine.
- Cine a popularizat foarte mult McDonalds a fost un anume Raymond Kroc.
- Nu am auzit de el.
- Şi mai este ceva .
- Ce?
- Disciplina nu trebuie să fie formală.
- Adică?
- Îţi voi spune o întâmplare.
- Te ascult.
- Un român a mers în America unde a muncit mult.
- Şi?
- Din America a învăţat foarte bine meseria de ceasornicar.
- Frumos.
- El avea o meteahnă.
- Care?
- Înjura de foarte mult ori.
- Dar era bun ceasornicar?
- Da.
- Şi?
- Preotul din satul lor ce s-a gândit?
- Ce?
- Să îi dea o lecţie ceasornicarului.
- Şi a reuşit?
- Da.
- Cum?
- S-a dus la ceasornicar.
- Şi?
- Acolo ceasornicarul repara un ceas care deşi arăta bine rămâne în urmă.
- Înţeleg.
- Creştine ia ceasul că arată bine, i-a spus părintele celui care aştepta ca ceasul să fie reparat.
- Ce spui părinte? A spus ceasornicarul.
- Ce auzi?
- Părinte tu nu ştii?
- Ce să ştiu?
- Nu este destul ca un ceas să arate bine.
- Nu?
- Nu.
- Dar mai ce?
- Trebuie să şi meargă bine.
- Bine zici, aşa-i şi omul, nu-i destul că inima lui să fie bună, ci gura lui încă trebuie să grăiască lucruri bune.
- Se spune că ceasornicarul s-a ruşinat.
- S-a îndreptat?
- Da, dar cu timpul.
- Inspirat a fost părintele.
- Aşa este.
- Acum vezi cu este?
- Cum?
- Nu este destul să fi un bun profesionist.
- Ce mai trebuie?
- Şi disciplină morală.
- Nu m-am prea gândit la asta.
- Să te gândeşti.[97]

[97] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Disciplina este privită de foarte multă lume ca fiind numai una formală şi externă. Ea trebuie să ajungă în inima şi sufletul omului. Sfântul Grigorie Palama a fost cât se poate de concludent când a spus că nu trebuie să ajungem numai la o cunoaştere teoretică a lui Dumnezeu ci la una profundă şi existenţială: „baza acestei cunoașteri este credința care-l întărește pe credincios în adevăr (*Pentru cei ce se liniștesc…*, 2, 3, 42, p. 535), iar această credință *nu stă în cuvinte, ci în lucruri (Epistola către Filothei,* GA 7, p. 155). În altă parte, sfântul scrie că adevărul și cunoașterea noastră despre Dumnezeu trebuie să fie întemeiate pe trăirea duhovnicească și nu pe silogisme: *noi nu cunoașterea aflată prin cuvinte și silogisme o credem adevărată, ci pe cea dovedită prin fapte și viață, care nu doar adevărată este, ci și sigură și de nerăsturnat... căci zice cu cuvântul se luptă tot cuvântul, dar cu viața care cuvânt se poate lupta? Și socotim că nici pe sine însuși nu se poate cunoaște cineva prin metode dieretice și silogistice și analitice, de nu-și va face minte, prin pocăință ostenitoare și nevoință stăruitoare, neînfumurată și nevicleană* (*Pentru cei ce...*, 1, 3, 13, GA 3, p. 177).

Am putea concluziona că pentru Sfântul Grigorie izvorul cunoașterii de Dumnezeu este harul necreat a lui Dumnezeu, iar temelia teologiei este capul Bisericii, Hristos, cel care este și *Dumnezeu-Theos* și *Teolog-Theologos*, așa cum foarte sugestiv scrie el."[98]

Este foarte adevărat că la maturitate sunt mulți care privesc disciplina ca o

- povară,
- o greutate
- şi un lucru dificil.

Aceasta fiindcă ei au avut carenţe în copilărie şi au ajuns să deprindă disciplina. Prin urmare este bine să ne dăm seama de toate implicațiile disciplinei fiindcă în acest mod devenim conştienţi de

- rolul
- şi importanţa ei.

Disciplina este mai greu de învăţat atunci când unii au trăit în copilărie într-un mediu permisiv. Şi nu au fost învățați cu ea. Totuşi nu trebuie să uităm că sunt mulți copii care sunt receptivi la problema disciplinei.[99]

În acest sens trebuie să ştim că disciplina ne spune că sunt momente în care trebuie să vorbim şi unele în care trebuie să tăcem. Părintele Cristian Agachi ne spunea în acest sens: „într-o lume în care comunicarea este considerată drept o virtute în sine, tăcerea nu poate fi privită altfel decât un defect sau, în cel mai bun caz, drept o slăbiciune. Însă tăcerea este amintită des atât în Sfânta Scriptură, cât și în scrierile patristice ca un ajutor important în atingerea culmilor vieții spirituale. Un exemplu în acest sens îl regăsim și la Sfântul Arsenie cel Mare."[100]

Sunt mai multe lucruri pe care evident că ajungem să de deprindem în urma disciplinei:

- seriozitatea,
- sobrietatea,
- liniştea,
- împăcarea
- sau pacea sufletească.

Toate acestea sunt unele care este bine să ne dăm seama că ne sunt benefice. Acest lucru ne spune că de pe urma disciplinei nu avem decât de câştigat.

Disciplina este una care ne face să rezistăm în

- situații critice
- sau în crize.

Aceasta fiindcă fiind obişnuiţi cumva cum greul vom ajunge să trecem mult mai uşor peste el.

Despre cum a ajuns disciplina să se manifeste în viața Sfântului Arsenie cel Mare părintele Cristian Agachi spunea: „chemarea Sfântului Arsenie cel Mare la viața monahală s-a petrecut când îndeplinea funcția de pedagog al lui Arcadius și Honorius, fiii împăratului Teodosie cel Mare. Patericul egiptean ne spune încă de la prima apoftegmă: „Avva Arsenie, fiind încă în palatele împărătești (s.n.), s-a rugat lui Dumnezeu, zicând: «Doamne, îndrumă-mă, ca să știu cum mă voi mântui». Și i-a venit glasul zicându-i: «Arsenie, fugi de oameni și te vei mântui»" (Arsenie, 1, în: Patericul egiptean, Alba-Iulia, Ed. Reîntregirea, 2003, p. 12). Fuga aceasta de oameni va deveni un laitmotiv al vieții ulterioare a faimosului ascet și părinte duhovnicesc care a fost Sfântul Arsenie cel

98 Cristian Chivu, Ziarul "Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/theognosia-in-invatatura-sfantului-grigorie-palama-178895.html (accesat pe 21.12.2023).
99 A se vedea Virgil Gheorghiu, *Cum am vrut să mă fac sfânt* (Sibiu, 2008).
100Preot Cristian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/virtutea-tacerii-izvoratoare-a-nepatimirii-182466.html (accesat pe 21.12.2023).

Mare. Implicit, o existență separată de majoritatea oamenilor presupune și păstrarea unei adânci tăceri și, așa cum se observă din următoarea apoftegmă, tăcerea este și adevărata maică a liniștirii și împreună-făuritoare cu aceasta a nepătimirii: „Acesta, după ce s-a dus la viață pustnicească, iarăși s-a rugat, același cuvânt zicând. Și a auzit glas zicându-i: «Arsenie, fugi, taci, liniștește-te; că acestea sunt rădăcinile nepăcătuirii»" (Arsenie, 2, în: Patericul egiptean, p. 12). Aceste cuvinte primite de la Însuși Dumnezeu vor fi păstrate cu acribie de Sfântul Arsenie cel Mare, ajungându-se uneori la situații care pe noi, cei obișnuiți cu vorba multă și „comunicarea" fără limite, ne pot șoca. Astfel, chiar și în cazul unor vizite ale unor persoane de rang înalt, cum era cazul arhiepiscopului Alexandriei, Sfântul Arsenie cel Mare fie va refuza din start dialogul, fie va cere să fie evitată pe viitor orice comunicare cu el atunci când va fi constrâns să discute. „Altădată, vrând iarăși arhiepiscopul să meargă la avva Arsenie, a trimis întâi să știe de-i va deschide ușa. Iar bătrânul i-a trimis acest răspuns, zicând: «De vei veni, îți voi deschide; și de îți voi deschide ție, tuturor voi deschide; și atunci nu voi mai ședea aici». Acestea auzind arhiepiscopul a zis: «Dacă mă duc ca să-l alung pe el, atunci nu mă voi mai duce»" (Arsenie, 8, în: Patericul egiptean, p. 13). De asemenea, în alt loc regăsim o veche maximă greacă a lui Sextus asumată întru totul de Sfântul Arsenie și atribuită de atunci în mod eronat direct lui: „Și acesta era cuvântul bătrânului: «Arsenie, pentru ce ai ieșit din lume? De multe ori m-am căit că am vorbit, iar că am tăcut, niciodată (s.n.)»" (Arsenie, 40, în: Patericul egiptean, pp. 22-23).[101]

Se poate spune parafrazându-l pe Sfântului Arsenie cel Mare că de cele mai multe ori când suntem disciplinați avem toate beneficiile și suntem mulțumiți. Ajungem să tragem ponoasele când devenim indisciplinați. Se poate vedea că în societatea noastră sunt mai mulți care nu sunt disciplinați și care fac multe lucruri

- rele,
- reprobabile,
- stricate
- și josnice.

Aceasta fiindcă evident că sunt mulți care sunt certați cu binele și ci disciplina. Este bine să ne dăm seama că disciplina este un lucru care pe mulți adulți îi dezamăgește. Sunt pline închisorile de adulți care nu vor să știe în nici un fel de disciplină. Sunt unii care la modul cel mai real cred în

- rău,
- haos
- și anarhie.[102]

Despre cum a ajuns să se manifeste disciplina creștin ortodoxă în viața Sfântului Arsenie cel Mare tot părintele Cristian Agachi ne spunea: „pentru Sfântul Arsenie, importanța tăcerii pentru viața sa isihastă, pentru rugăciunea neîncetată dedicată lui Dumnezeu, era un fapt de netăgăduit, însă pentru nici un moment nu trebuie să considerăm că tăcerea sa izvora dintr-o mizantropie, o desconsiderare a aproapelui său. Acest fapt reiese și din următoarea relatare: „Zis-a avva Marcu către avva Arsenie: «Pentru ce fugi de noi?» Zis-a lui bătrânul: «Dumnezeu știe că vă iubesc pe voi, dar nu pot să fiu și cu oamenii și cu Dumnezeu. Cele de sus, mii și zeci de mii, au numai o voie, iar oamenii au multe voi. Deci nu pot să las pe Dumnezeu și să vin cu oamenii»" (Arsenie, 13, în: Patericul egiptean, p. 15). Acest cuvânt duhovnicesc îngemănează tăcerea și isihia, supunerea față de voia lui Dumnezeu cu trecerea peste voința adesea pervertită a oamenilor."[103]

Prin urmare de la Sfântul Arsenie cel Mare se poate vedea că disciplina nu poate să fie un lucru de la care putem face

- rabat,
- compromis
- și abatere.

Trebuie să ne ținem tari în disciplina creștin ortodoxă și evident că acest lucru va ajunge să ne înduhovnicească. Aceasta fiindcă în acest mod vom ajunge să fim persoane integre care știm foarte bine ce voim de la viață.

Disciplina prin urmare este un lucru care ne întărește și ne face să fim mai buni și mai drepți. Avem nevoie să fim corecți cu semenii noștri și să îi respectăm.

---

101 Idem.

102 A se vedea Radu Teodorescu, *Combaterea haosului și anarhiei* (Cugir, 2021).

103 Preot Cristian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/virtutea-tacerii-izvoratoare-a-nepatimirii-182466.html (accesat pe 21.12.2023).

Cu privire la disciplina ascetică a Bisericii Ortodoxe părintele Teofil Pârâian spunea foarte bine: "asceza este un exercițiu, este o angajare pentru disciplina sufletească şi trupească, este ca un fel de gimnastică a sufletului şi a trupului. Biserica noastră este prin ea însăşi ascetică. (...) Cineva care este obişnuit cu postul nu-şi mai pune problema că ar putea şi să nu postească. Cineva care ştie de zilele de post nu ocoleşte zilele de post sau nu aşteaptă alte zile, că ele vin şi aşa după zilele de post, şi atunci se poate mânca orice. Deci, asceza este o chestiune care îl angajează pe om într-o lucrare de disciplină sufletească şi trupească." A trăi în asceză înseamnă a face eforturi cu toată ființa ta spre a te curăți de patimi, de prilejurile de păcătuire, iar aceasta se poate face, ne spune tot părintele Teofil, prin paza simțurilor noastre fireşti. "Paza simțurilor este grija de a nu-ți băga în minte, în conştiință, lucruri care vin prin simțuri şi care pot să tulbure aşezarea minții. Un sfânt din Grecia, care a trăit la Sfântul Munte, Sfântul Nicodim Aghioritul, a scris o carte intitulată «Paza celor cinci simțuri», o carte adresată unui episcop care i-a cerut lucrul acesta şi în care el îl învață pe episcopul respectiv cum să-şi păzească vederea, auzul, mirosul, gustul, pipăitul, îi dă anumite îndrumări, îi spune ce greşeli poate să facă cineva prin simțuri. De exemplu, cum ar fi acum, el nu a avut în vedere lucrurile acestea, pentru că nu erau pe vremea lui, să priveşti la televizor sau la cinematograf lucruri care după aceea, intrând în suflet, te urmăresc, te asupresc, vin ca o obsesie", spunea duhovnicul amintit."[104]

Este adevărat că stimulii din exterior ajung să ne influențeze interiorul după cum a arătat Sfântul Nicodim Aghioritul. Este bine să ne dăm seama de acest lucru când sunt mulți care cred că ei pot să fie disciplinați fără să fie influențați:

- de exterior,
- de lumea din jur
- şi de ispitele lumii.

Acest lucru mai toți marii asceți creştin ortodocşi au ajuns să îl nege şi să îi demonstreze lipsa de veridicitate.[105]

Despre acest lucru – cum exteriorul ajunge să ne influențeze sufletul – tot părintele Teofil Pârâian spunea: "în Pateric se spune despre un părinte trăitor în pustie că trei ani a fost luptat de o imagine a unei fete arabe care aduna spice după secerători. Or, părinții aveau în vedere lucrul acesta şi ei au îndrumat pe credincioşi să-şi păzească simțurile de lucrurile care ar putea să le fie dăunătoare. În Filocalie, de fapt, se spune că nu simțul e vinovat, ci simțul este ca o poartă prin care ajunge în conştiință, ajunge la creier, la inimă, la simțire o imagine, o situație care n-ar fi în conştiința noastră dacă n-ar fi poarta aceasta a simțurilor, dar nu simțurile sunt vinovate pentru aceasta, ci felul cum se raportează cineva la cele pe care le primeşte în minte. (...) Noi, când zicem paza simțurilor, nu ne gândim la înlăturarea simțurilor, ci ne gândim la disciplinarea lor. Avem în vedere grija de a introduce în sufletul nostru, în viața noastră interioară numai lucruri care sunt pozitive şi care pot îmbunătăți, pot îmbogăți viața sufletească. (...) Asceza nu este altceva decât o punere în rânduială a simțurilor, decât o disciplinare în aşa fel încât să introducem în conştiința noastră, în existența noastră intimă, lăuntrică, ceea ce putem primi prin simțuri din afara noastră."[106]

Este evident că disciplina este una care ne spune că trebuie să avem discernământ cu privire la ceea ce

- primim,
- permitem
- şi acceptăm

din exterior.

Aceasta fiindcă după cum am spus sunt mai multe lucruri din exterior care ne pot smintii. Trebuie să ne dăm seama că sminteala este un lucru care nu ține cont de cât de sensibili suntem fiindcă ea este

- irațională,
- provocatoare,
- nesimțită
- şi directă.

Este evident că trebuie să ne dăm seama de tot ceea ce implică disciplina ascetică. Ei bine totuşi trebuie să ştim că marii sfinții ai ortodoxiei au lăsat mai multe scrieri cu privire la cum ajunge să ne manifeste ea şi la fel de bine ce trebuie să facem pentru a ne impropria disciplina.

---

104 Preot Teofil Pârâian apud Daniela Cârlea Şontică Ziarul Jurnalul https://jurnalul.ro/stiri/observator/asceza-disciplina-pentru-suflet-si-trup-535761.html (accesat pe 21.12.2023).

105 A se vedea Nicolae Mladin, *Hristos viața noastră. Asceza şi mistica paulină* (Sibiu, 2012).

106 Preot Teofil Pârâian apud Daniela Cârlea Şontică Ziarul Jurnalul https://jurnalul.ro/stiri/observator/asceza-disciplina-pentru-suflet-si-trup-535761.html (accesat pe 21.12.2023).

Tot părintele Teofil Pârâian ne spunea despre care este raportul dintre asceză şi disciplină: „faptul de a ne îmbrăca nu doar pentru noi, ci şi pentru alţii, adică fără să stârnim poftele trupeşti ale altora, de a nu privi la lucruri necuviincioase, de a nu citi cărţi excitante, de a nu rosti cuvinte de sminteală, de a ne abţine de la mâncărurile de origine animală în vremea postului, de a ne ruga, toate acestea fac parte din asceză. Bineînţeles, asceza este mult mai cuprinzătoare, iar sfinţii au urcat pe scara ei la mari înălţimi, renunţând la sinele lor şi dăruindu-şi voinţa lui Dumnezeu, ajungând, aşa cum spunea Sfântul Apostol Pavel: «Nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăieşte în mine»".[107]

Doi studenţi discutau într-o zi.

- Şi cum mai este?
- Binişor.
- Da?
- Da.
- Mă bucur.
- Dar tu cum eşti?
- Am ceva probleme.
- Cu ce?
- Cu acomodarea.
- Ce acomodare?
- La viaţa de student.
- A, la asta te refereai?
- Da.
- Cum de nu te-ai acomodat încă?
- Sunt numai în anul întâi de facultate.
- A da. Aşa este.
- Ai uitat?
- Da.
- Păi rău ai făcut.
- Ştii care este secretul studenției?
- Care?
- Să ai un program constant.
- Crezi?
- Da.
- Bine că mi-ai spus.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Trebuie să fi foarte atent la anturaj.
- Anturaj?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă te poate strica.
- Cum?
- Prin a te ține departe de universitate.
- Adică?
- Cum să îți spun.
- Spune cum îți vine.
- Oamenii din jur te pot influența în mod negativ.
- Crezi?
- Da.
- Nu ştiu ce să spun.
- Îți voi explica.
- Chiar te rog.
- Este vorba de un caz adevărat.
- Ce caz?

[107] Idem.

- Tu de imperiul Bizantin ai auzit?
- Da.
- De unde?
- De la istorie.
- A da.
- Ei bine unul dintre cei mai mari împărați bizantini a fost Iustinian.
- Nu este cel care a făcut Catedrala Sfânta Sofia de la Istanbul?
- Ba da.
- Și ce este cu el?
- El a avut un cancelar pe nume Trebonianus.
- Frumos.
- Numai că aceste cancelar este un om rău.
- De ce?
- În loc să îi spună adevărul lui Iustinian prefera să îl lingușească.
- Cum?
- A mers atât de departe că într-o zi i-a spus așa.
- Ce?
- Maiestate curtenii și poporul se tem de un singur lucru.
- Care? A întrebat Iustinian.
- Ne temem fiindcă sunteți un om așa de credincios că ar fi posibil ca să fiți înălțat cu trupul la cer.
- Și ce dacă voi fi înălțat la cer?
- Pe noi cu ne veți lăsa?
- Hahaha.
- Nu este de râs.
- Mi se pare amuzant.
- Iustinian chiar credea în aceste lingușeli.
- Rău a făcut.
- Așa este.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Fiindcă Iustinian s-a înconjurat numai de lingușitori ei bine s-a îndepărtat mult de popor.
- Cum așa?
- Poporul a ajuns să sufere de lipsuri.
- Îmi dau seama.
- Așa că în popor s-a auzit sintagma aceasta.
- Care?
- Că mai bine ar fi fost ca Iustinian să nu se fi născut.
- Da îmi dau seama.
- Deci vezi anturajul te schimbă.
- Eu nu sunt împărat bizantin.
- Știu asta.
- Și atunci?
- Am voit să înveți o lecție.
- Îți mulțumesc.
- Pentru nimic.
- Cred că am învățat lecția?
- Da.
- Mă bucur.
- O să fiu mult mai atent cu cine mă împrietenesc.
- Foarte bine.
- Acum ești mulțumit?*
- Sunt.
- Mă bucur.[108]

[108] Din Grigorie Comșa *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Se poate vedea mai sus că sunt mai mulţi care când ajung să deţină mari funcţii şi mai posturi ajung să îşi piardă sinceritatea şi se înconjoară de linguşitori. Aşa se face că trebuie să fim cumva ascetici şi cu prietenii pe care ni-i facem şi să ne dăm seama de care sunt

- autentici
- şi sinceri

şi cei care sunt făţarnici şi duplicitari.

Asceza trebuie să ştim că ne ajută să fim unii care să ne dăm seama de ce drum trebuie să apucăm în viaţă. „Ascetismul descrie un stil de viață caracterizat prin abstinență voluntară de la diferite tipuri de plăceri lumești (în special activitatea sexuală, consumul de alcool și acumularea de bunuri și avere), de multe ori, cu scopul îndeplinirii unor obiective religioase sau spirituale.

În filosofia greacă antică, aderenții cinismului și stoicismului au adoptat practica stăpânirii dorinței și pasiunii, așa cum a făcut într-o anumită măsură epicureanismul. Diametral opus ascetismului este hedonismul, filosofia că plăcerea este cel mai important scop al omenirii."[109]

CAPITOLUL 5

DISCIPLINA CHEIA MARILOR REUŞITE

Una dintre cele mai cunoscute poveşti cu privire la severitatea disciplinei o avem de la Thomas Alva Edison cel care a inventat becul. Se spune că Edison a încercat de vreo 7000 ori să aprindă becul dar nu a reuşit. Un colaborat al lui Edison i-a spus descurajat:

- Aţi încercat să aprindeţi becul de 7000 de ori.
- Aşa este.
- Nu ar fi cazul să renunţăm?
- Nu.
- De ce?
- Am găsit 7000 de modalităţi în care becul nu se aprinde.
- Şi?
- Vom găsii şi modalităţile în care el se aprinde.[110]

Se poate vedea foarte bine să perseverenţa este un lucru care este necesar în disciplină. Trebuie să fim persoane responsabile şi să ne dăm seama de ceea ce avem de făcut şi cum trebuie să insistăm asupra acestor lucruri.

„Justificarea din spatele ascetismului este, de obicei, că obiectivele spirituale și religioase sunt împiedicate de indulgența în plăcerile cărnii, deși nu susține în mod necesar că bucuria vieții este un rău în sine. Astfel, practicile ascetice de obicei nu sunt considerate virtuți ca atare, (ci) doar un mijloc pentru o transformare minte-corp, sau o purificare a corpului care permite conectarea cu Divinitatea și cultivarea păcii interioare.

Acesta își propune să atingă eliberarea de constrângeri și ispite, realizarea păcii minții și o creștere a clarității și puterii de gândire."[111]

Este evident că pentru a avea

- rezultate,
- reușite
- şi cuceriri

în viaţa laică – dar şi în cea duhovnicească – este nevoie de disciplină. Am vorbit în rândurile de mai sus mai pe larg de acest lucru şi este bine să ţinem cont de el.

Asceza este un lucru care ajunge să ne menţină în stare de echilibru cu lumea din jur. Aceasta fiindcă sunt mulţi care nu sunt

- echilibraţi,
- responsabili,
- maturi,
- determinaţi
- hotărâţi.

---

[109] Traducere după http://www.philosophybasics.com/branch_asceticism.html (accesat pe 21.12.2023).
[110] https://ro.wikipedia.org/wiki/Thomas_Edison (accesat pe 13.04.2024).
[111] Traducere după http://www.philosophybasics.com/branch_asceticism.html (accesat pe 21.12.2023).

„O distincție este uneori trasată între ascetismul "altei lumi" - în afara lumii, sau mistic - (care este practicat de oameni, cum ar fi călugări sau pustnici, care se retrag din lume pentru a trăi o viață ascetică) și Ascetismul "lumesc" (care se referă la persoane, cum ar fi sectele Quaker și Amish, care trăiesc vieți ascetice, dar nu se retrag din lume).

Termenul "ascetism", provine din grecescul "askesis" (însemnând "practică", "antrenament" sau "exercițiu"), și a fost inițial asociat cu orice formă de disciplină practică. În societatea greacă veche, războinicii și atleții de multe ori au aplicat disciplina ascezei (askesis) pentru a obține sănătate trupească optimă și har."[112]

Este foarte clar că disciplina creştin ortodoxă este o modalitate de asceză. Totuşi se poate spune că este nu sunt total identice. Aceasta fiindcă după cum am spus disciplina este un lucru care se întâlneşte şi în lumea laică.

În viața de adulți trebuie să ne dăm seama că sunt mai multe situații în care ne întâlnim cu disciplina sub o formă sau alta:

- un examen,
- un test,
- un loc de muncă ce ne cere mult,
- un şef autoritar
- sau condusul auto

sunt cu toate lucruri care au nevoie şi se bazează pe disciplină.

Totuşi este bine să ne dăm seama că nu numai creştinismul ortodox vorbeşte de disciplină. Mai toate marile religii ale lumii au disciplină: „fondatorii și vechii practicieni ai mai multor religii (de exemplu, hinduism, jainism, iudaism, creştinism, budism) au trăit un stil de viață extrem de auster, abținându-se de la plăcerile senzuale și de la acumularea de avere materială.

Hinduşii Sadhus (sau oamenii sfinți) sunt cunoscuți pentru formele extreme de negare a sinelui practicate de ei ocazional, de exemplu, promisiunea de a nu folosi niciodată un picior sau altul, sau de a ține un braț în aer pentru o perioadă de luni sau ani."[113]

Este clar că toate religiile au disciplina lor. Totuşi acestor discipline le lipseşte un lucru foarte important: ortodoxia. Ortodoxia este dreapta slăvire a lui Dumnezeu. Aceasta fiindcă trebuie să ne dăm seama că în acest mod vom ajunge să ne mântuim.

Faptul că sunt mai multe religii care

- nu țin cont,
- ignoră
- şi trec cu vederea

ortodoxia este un lucru care nu poate să ne lase indiferenți.

Aceasta fiindcă după cum am spus trebuie să fim persoane care să ne dăm seama de sensul ortodox al disciplinei.

„Jainismul încurajează postul, practicile yoga, meditația în posturi dificile, călătoria desculț, și dormitul pe podea, fără pături. Unii au susținut că au câștigat abilități magice sau miraculoase prin negarea sinelui.

Istoria ascetismului evreiesc extrem, cu mii de ani în urmă, la Traversarea Pustiului, care s-a desfășurat în patruzeci de ani prin deșert, deși astăzi (acest fel de ascetism) este considerat contrar dorințelor lui Dumnezeu pentru lume."[114]

Disciplina şi asceza sunt două lucruri pe care dacă nu le învăţăm în viaţa socială vom ajunge să le deprindem în Biserica Creştin Ortodoxă. Aceasta fiindcă ştim că ortodoxia are

- reguli,
- canoane
- şi legi

care trebuie să fie respectate şi să nu fie încălcate.

Adultul trebuie să îşi dea seama că religia nu este un lucru care

- vine de la sine,
- este de la sine înţeles
- şi nu necesită nici un interes serios.

---

[112] Idem.
[113] Ibidem.
[114] Traducere după http://www.philosophybasics.com/branch_asceticism.html (accesat pe 21.12.2023).

„Deşi anumite ordine catolice (de exemplu Cartuzienii, Cistercienii) sunt cunoscute mai ales pentru actele stricte de ascetism, practici ascetice chiar mai riguroase au fost frecvente în Biserica timpurie, și deșerturile Orientului Mijlociu au fost la un moment dat, se spune, au fost locuite de mii de pustnici creștini.”[115]

Disciplina bisericească se poate vedea că de mai multe ori ajunge să fie încălcată şi trecută cu vederea de cei care nu sunt ancoraţi în Hristos. Sunt mai mulți care evident că nu au nimic în comun cu ortodoxia dar care fiindcă sunt farisei evident că ajung să se folosească de Biserică pentru scopurile lor.

Adultul este unul care evident că ştie că dacă vrea să reuşească în ceea ce îşi propune trebuie să depună efort şi să fie disciplinat. Ştim astfel de mai multe cazuri de persoane care au ajuns să fie cât se poate de mult de succes fiindcă au pus disciplina în practică.

- Avionul,
- racheta,
- electricitatea,
- automobilul,
- telefonul
- sau televizorul

sunt toate produsul disciplinei.

Aceasta fiindcă sute şi mii de oameni au lucrat pentru ele din dorinţa de a face o lume mai frumoasă şi mai bună.

Asceza însă trebuie să ştim că în istoria a variat fiindcă au fost mai mulţi care au avut păreri diferite cu privire la ea.

„Interesant, Siddhartha Gautama (Buddha), care a recomandat inițial o viață ascetică, în cele din urmă a respins ascetismul extrem ca un impediment în calea libertății finale, recomandând în schimb "calea de mijloc".

Deşi Ascetismul nu este o tradiție importantă în Islam, în afară de sufism (care este chiar renumit pentru haina de lână aspră a ascetului), Profetul Mohamed însuși a practicat mari austerități, apropiate de Ascetism.”[116]

Trebuie să ne dăm seama că avem nevoie de disciplină dacă voim să facem

- o lume mai bună,
- dreptate,
- bunătate
- şi adevăr.

Aceasta fiindcă toate aceste lucruri evident că nu vin de la sine ci trebuie să fie puse în practică.

Postul Mare din ortodoxie este poate cel mai greu de ţinut. Aceasta fiindcă este lung şi trebuie făcute unele eforturi pentru a îl ţine.

„Postul Mare ne propune un alt mod de vieţuire, câştigată prin angajare pe drumul Crucii lui Hristos, prin participare la lupta Sa. Creştinii nu postesc ca să dovedească celorlalţi performanţele lor în materie de asceză, nici nu vor să participe la vreo cură de detoxifiere după perioada care a urmat sărbătorii Naşterii Domnului, ci urmăresc cu totul altceva. Asceza lor, fiindcă Postul Mare este o perioadă care presupune renunţări, abţineri, aşadar, un exerciţiu care vizează sufletul şi trupul în acelaşi timp, ţinteşte la un scop mult mai înalt, şi anume transfigurarea noastră. Postul ne face mai permeabili la Duh, la viaţa lui Hristos. Cel ce doreşte să devină părtaş al vieţii Sale preamărite trebuie să se răstignească împreună cu El. Omul cel vechi, omul păcătos trebuie să facă treptat loc celui nou. Primul pas pe acest drum, nota dominantă, punctul de pornire şi, în acelaşi timp, temelia profundă a trăirii noastre duhovniceşti în această perioadă, este sentimentul unei nespuse căinţe. „De unde voi începe a plânge faptele mele ticăloase?” sunt cuvintele care deschid „Canonul Pocăinţei” al Sfântului Andrei Criteanul şi ele caracterizează această stare duhovnicească. „Desfătându-mă în adâncurile păcatului, strig către milostivirea Ta cea fără de margini”, „Dă-mi lacrimi, Hristoase, spre curăţia inimii de patimi”, „Uşile pocăinţei deschide-mi mie, Dătătorule de viaţă” exprimă liturgic intensitatea mereu crescândă sesizată în cântările Bisericii, a dorinței de a ajunge din nou la simțirea apropierii de Dumnezeu.[117]

Este clar că dacă nu am ajuns să deprindem disciplina în lumea laică în cele din urmă vom ajunge să o deprindem în viaţa bisericească.

Sunt multe cazuri de persoane care în viaţa de zi cu zi nu au avut mai nici o disciplină. Ei bine ei au ajuns să o deprindă când au păşit peste pragul bisericii.

---

[115] Idem.

[116]Ibidem.

[117]Augustin Păunoiu și Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).

Iată cum se manifeste disciplina bisericească cu privire la Postul Mare: „însă ceea ce urmărim în această perioadă nu este doar plângerea răutăţilor personale, ci o strădanie, o apărare activă, o luptă nevăzută împotriva gândurilor rele şi păcătoase, după cum ne sfătuiesc Părinţii Bisericii. În lupta lăuntrică aflată înaintea noastră se regăsesc mai multe trepte, prima fiind legată de contracararea patimilor care vin din partea trupului. Trupul trebuie disciplinat, îndreptat şi supus, căci el duce război împotriva sufletului, se răscoală împotriva Duhului lui Dumnezeu, aşa cum spune şi Sfântul Apostol Pavel. „Trupul este o slugă bună, dar un stăpân rău", ne avertizează Sfântul Ioan Scărarul."[118]

Un tată discuta cu fiul său.

- Tată vreau să te întreb ceva.
- Ce este fiul meu?
- Ce este disciplina?
- Este o regulă de viaţă.
- Pentru ce?
- Pentru ca să reuşeşti în ceea ce ţi-ai propus.
- Dar de ce este aşa de grea?
- Fiindcă sunt mai multe lucruri dificile în lumea noastră.
- Şi de ce nu sunt simple?
- Asta nu ştiu.
- Şi este de folos disciplina?
- Da.
- Pentru a reuşii în ceea ce ţi-ai propus?
- Da fiul meu.
- Nu ştiam acest lucru.
- Uite ştiu că ţie îţi place să schiezi.
- Aşa este.
- Şi nu a trebuit să faci mai multe antrenamente pentru a schia?
- Ba da.
- Ei vezi ai avut nevoie de disciplină.
- Pentru a schima?
- Da.
- Nu am fost conştient de acest lucru.
- Sunt multe lucruri de care nu suntem conştienţi.
- Şi totuşi le facem.
- Şi cum să devenim conştienţi.
- Îţi voi spune cum.
- Cum?
- Fiind mai atenţi.
- La ce?
- La ceea ce are loc în jurul nostru.
- Nu înţeleg.
- Te voi face să înţelegi.
- Chiar te rog.
- Îţi voi spune o poveste din istorie.
- Adevărată?
- Da.
- Mie îmi plac poveştile.
- Dar aceasta nu este un basm.
- Mi-am dat seama.
- Mă bucur.
- Şi cum este povestea.
- Este din antichitate.
- Te ascult.
- Bine.

[118] Idem.

- Spune.
- În antichitate rege al Siriei era Antioh.
- Nu am auzit de el.
- Acestui rege îi plăcea mult vânătoarea.
- Înțeleg.
- Într-o zi ca de obicei s-a schimbat în haine de vânătoare.
- Și a mers să vâneze?
- Da.
- Și?
- Din nefericire s-a rătăcit în pustie.
- Dar nu era cu alaiul regal?
- Da.
- Și atunci?
- La vânătoare lucrurile sunt imprevizibile.
- Așa este.
- Vezi?
- Și?
- Regele Antioh a ajuns la coliba unui om sărac.
- Bună să îți fie inima omule.
- Bună și ție.
- Sunt un vânător.
- Mi-am dat seama după haine.
- Post să stau peste noapte la tine?
- Cum să nu.
- Vai ce mă bucur.
- De ce?
- Mi-a fost teamă că am să dorm sub cerul liber.
- Regele a început să discute cu gazda sa.
- Ce zic oamenii despre regele Antioh?
- Regele ce e drept e un om bun, dar e încunjurat de lichele și lingușitori cari nu-i spun adevărul, ci îl mint și îi dau sfaturi rele. Ei nu-i spun că din cauza patimii vânatului își neglijează cele mai însemnate chestiuni de ale statului.
- Ei bine a doua zi regele a plecat după ce i-a mulțumit gazdei și a ajuns la palat.
- Ajuns la palat i-a chemat pe slujitorii și sfetnicii lui.
- Și ce l-a spus?
- Ieri abia am auzit adevărul. Câtă vreme ați fost la curtea mea, nu ați avut curajul să-mi spuneți adevărul, după care să mă fi orientat. Plecați de la mine slugi netrebnice și lingușitoare.
- Frumos.
- Este.
- Asta este toată povestea?
- Da.
- Deci trebuie să menținem contactul cu realitatea.
- Da.
- De ce?
- Fiecare tindem să ne vedem mai buni decât suntem.
- Așa este.
- Vezi?
- Dar eu cum sunt tată?
- Tu ești încă un copil.
- Și?
- Este bine să înveți disciplina dar să nu te forțezi în exces.
- Așa am să fac.
- Bine fiul meu.[119]

[119] Din Grigorie Comșa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Ceea ce se poate vedea în viaţa sufletească a omului este că una vrea trupul şi alta vrea sufletul: „se impune aşadar o luptă dârză, neîncetată, pentru ca sufletul să stăpânească trupul prin supunerea şi smerirea lui. Celelalte trepte, mai înalte, ale războiului spiritual au în vedere păcatele duhului: mânia, mâhnirea, mândria şi altele. Într-adevăr, gândurile păcătoase sunt aidoma unei armate nesfârşite ce îl asaltează şi-l hărţuiesc pe om din toate părţile. De aceea, cea mai mare realizare constă în a ne menţine acea curăţie şi bucurie a sufletului, fără de care orice reuşită exterioară este lipsită de valoare. Nu este, aşadar, vorba doar de o înveşmântare exterioară în virtute, care uneori trădează absenţa ei interioară, ci de dobândirea în inima noastră a lui Hristos Care vine şi aduce cu Sine darurile Sale nemincinoase."[120]

Sunt mai multe persoane care vor să reuşească în ceea ce şi-au propus dar nu o fac fiindcă le lipseşte disciplina. Aşa că nu trebuie să ne facem iluzii. Fie că eşti

- sportiv,
- om de ştiinţă,
- savant,
- economist,
- om de stat
- sau sociolog

ei bine în toate aceste domenii este nevoie de disciplină. Este disciplina cea care ne face să ne concentrăm asupra lucrurilor importante şi ne face să evităm

- secundarul,
- neesenţialul,
- şi lipsa de organizare.

Disciplina dă rezultate de fiecare dată când se face apel la ea.[121]

Evident că pentru un lider este nevoie de multă disciplină. Sunt mulţi care doresc să aspire la statutul de lider dar le lipseşte disciplina şi pentru acest lucru ei nu au credibilitate.

În spiritualitatea creştin ortodoxă una dintre cele mai mari dovezi de disciplină ascetică este fără de nici o îndoială abstinenţa: „trebuie să regăsim tăcerea lăuntrică, pe care o dobândim prin îndepărtarea de zgomotul patimilor. Este acea trăire a prezenţei lui Dumnezeu, însoţită de neîncetata rugăciune pe care cei cu adevărat trăitori o exprimau prin cuvintele Scripturii: „Eu dorm, dar inima mea veghează".

Postul ne smereşte eul mândru şi egoist, fiind un mijloc extraordinar prin care ne apropiem de trăirea dragostei nefăţarnice faţă de Dumnezeu şi de semeni. Pe lângă abstinenţa de la mâncarea de dulce, trebuie să ne abţinem ferm şi de la risipirea în faţa televizorului, şi de ce nu a calculatorului şi a deşteptului telefon mobil, precum şi de la orice muzică ce predispune la aroganţă şi agresivitate. Făcut cu chibzuinţă şi cu permanentă sfătuire din partea unui experimentat părinte duhovnicesc, doar postul aduce pace şi linişte sufletului, născând iubirea jertfelnică pentru Dumnezeu şi semeni."[122]

Duhovnicul în spiritualitatea creştin ortodoxă trebuie să ştim că are un rol major în a ne învăţa disciplina şi a o pune în practică. Aceasta fiindcă el este unul care la rândul lui practica disciplina. Trebuie să ştim că un duhovnic care nu este

- disciplinat
- şi ascet

în nici un fel nu este un duhovnic autentic.

Sunt mai mulţi care vor să vadă în părintele lor duhovnicesc un

- exemplu,
- un reper
- şi o persoană

la care se pot raporta.

Relaţia dintre duhovnic şi fiul său duhovnicesc trebuie să ştim că este şi ea una care se bazează pe multă disciplină fiindcă ea îi face să fie deschişi unul faţă de altul şi la fel de bine să se respecte. Respectul faţă de duhovnic este unul care evident că ajunge să ne ţină deschişi spre viaţa duhovnicească.

---

120 Augustin Păunoiu şi Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).

121 A se vedea Sydney Finkelstein, *Superbosses: how exceptional leaders master the flow of talent* (New York, 2016).

122 Augustin Păunoiu şi Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).

Disciplina este una care poate să fie găsită la toate nivelele vieții creștin ortodoxe. Acest lucru ne învață că nu trebuie să fugim de disciplină ci din contră să ne-o asumăm și să ne dăm seama că ea este un lucru care evident că ajunge să ne facă

- mai buni,
- mai virtuoşi,
- mai curajoşi
- şi mai cu încredere în sine.

„În societatea occidentală, tendinţele de abordare a postirii depind de modul de referinţă personal al fiecărui om. Presbitera Frederica Mathewes-Green trăiește în statul american Tennessee împreună cu soțul ei, părintele Gregory Mathewes-Green. Iată gândurile ei privind această perioadă: „postul este intervalul din an în care ne amintim că Dumnezeu a găsit de cuviință să nu ne facă duhuri imateriale, ci ființe umane trupești care trăiesc într-o frumoasă lume materială. Sufletul locuiește trupul la fel cum focul cuprinde cărbunele, astfel că ceea ce învață trupul asimilează și sufletul. De aceea, disciplina duhovnicească pe care o presupune postul seamănă cu echipamentul pentru ridicarea de greutăți. Cel care îl folosește în mod disciplinat se va întări nu numai pentru post, ci și pentru orice altă situație cu care se confruntă."[123]

În acest sens trebuie să ştim că marile reuşite ale omului se împart în două:

1. reuşite materiale sau lumeşti
2. şi reuşite spirituale sau morale.

Aceasta fiindcă nu trebuie să confundăm lucrurile.

Sunt din ce în ce mai mulți care consideră că de fapt tot ceea ce contrează este lumea materială. Pentru ei marile reuşite ale vieţii sunt

- banii,
- averile,
- plăcerile trupeşti,
- faima
- sau marile funcţii politice şi sociale.

Evident că un astfel de mod de gândire în nici un fel nu ajută sufletul omului care ştim că are nevoie de viaţă duhovnicească.[124]

„În timp ce unii ortodocși occidentali văd postul ca pe o perioadă în care îți exerciți opțiunea personală de a renunța la unele mâncăruri, practica în Biserica primară era de a renunța la orice produse alimentare care conţineau carne sau lapte. Scriitorul Tertullian (160-225 d.Hr.) asemuia postul cu mâncarea profetului Daniel la curtea regelui Babilonului. Acesta, deşi s-a abţinut de la carne şi mâncăruri bogate, s-a arătat mai puternic şi mai frumos decât cei hrăniţi cu multe desfătări.

Există argumente în favoarea practicării postului la fel pentru toți și, așa cum se făcea în Biserica primară, fără carne, ouă, peşte (cu excepţii), lapte şi derivatele lor. Este mai bine să ne asumăm postul ca pe un efort comun, același pentru toți, decât să-l transformăm într-o aventură spirituală individuală. Cei mai mulți dintre noi nu suntem capabili să ținem în mână frâiele propriului parcurs spiritual. Nu avem puterea de a ne privi din afară și de a face alegerile care să ducă la o schimbare reală în viața noastră. (Undeva, în adâncul nostru, s-ar putea nici să nu vrem să ne schimbăm. Mie-mi place să spun: «Toți ne dorim o transformare, dar nu vrem să ne schimbăm». Un astfel de post, pe care credincioșii ortodocși din Europa de Est, Africa, India și Alaska îl țin la fel de peste 2.000 de ani, a trecut proba timpului. Într-o vreme, se ținea la fel de strict și în Biserica Apuseană. Unele confesiuni au păstrat amintirea lui prin tradiția lăsatului sec cu clătite, pentru a folosi laptele și ouăle înainte de post."[125]

Este clar că poate una dintre cele mai

- concerte
- şi mai eficiente

măsuri de disciplinare al trupului este postul. Aceasta fiindcă trupul trebuie să fie condus de suflet şi nu invers. Nu trebuie să uităm acest lucru fiindcă sunt mulţi care nu cred că trupul trebuie să fie disciplinat.

---

123 Augustin Păunoiu și Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).
124 A se vedea Arhimandritul Ioanichie Bălan, *Convorbiri duhovnicești* vol. 1 și 2 (Mănăstirea Sihăstria).
125 Augustin Păunoiu și Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).

Postul este unul care ştim că are mai multe foloase trupeşti printre care cea mai cunoscută este detoxifierea organismului. „Prin intermediul postului, ne unim cu comunitatea Bisericii în timp și spațiu: cu credincioșii din toate timpurile, dar și cu comunitatea locală a timpului nostru. Postul ortodox începe cu Ritualul Iertării, prin care toți credincioșii stau în cerc și, stând față în față cu ceilalți, își cer iertare câte unul de la fiecare din ceilalți. Este o experiență profund vindecătoare. Disciplina postului ne antrenează ca pe niște atleți, întărindu-ne trupurile pământești și sufletele, vindecând trupul bisericii locale și creând legătura de comuniune cu Biserica istorică, trupul lui Hristos de-a lungul timpului. «Uitând cele ce sunt în urma mea» și păcatele de odinioară, «alerg la țintă» spre a mă lupta cu păcatele care-mi stau în față, întărit fiind prin disciplina postului, «la răsplata chemării de sus, a lui Dumnezeu, întru Hristos Iisus» (Filipeni 3, 14).”[126]

Totuşi trebuie să ştim că trupul nu este un duşman al omului. Aceasta fiindcă sunt mai mulţi care consideră că asceza creştin ortodoxă este mai mult un fel de sadism faţă de trup. Lucrurile sunt departe de a fi aşa. Ceea ce ne ajută postul şi nevoinţa este să menţinem balanţa normală a lucrurilor în care sufletul este stăpân peste trup şi nu invers.[127]

Prin urmare este bine să ne dăm seama că de cele mai multe ori omul ajunge să fie o fiinţă care se rupe în două: fiindcă el tinde exclusiv pentru bunăstarea trupească şi nu mai bine cont de suflet. Este bine să ţinem acest lucru cât se poate de clar fiindcă pentru mulţi lucrurile nu sunt deloc

- clare,
- evidente
- şi bine înţelese.

Ceea ce se poate vedea este că creştinii ortodocşi autentici sunt mult mai autentici fiindcă ei sunt învăţaţi cu asceza şi ştiu acest lucru fiindcă sunt deprinşi cu

- asceza
- şi disciplina duhovnicească.

Este evident că disciplina sufletului aduce în suflet o pace duhovnicească ce este desprinsă din simplitate.[128]

Trăim vremuri în care sunt foarte mulţi care sunt confuzi şi de mai multe ori recurg la tot felul de discipline neortodoxe:

- New Age,
- Meditaţia transcendentală,
- yoga,
- teosofie,
- antropozofie
- au astrologie.

Toate acestea susţin un anumit timp de disciplină. Ele aduc un fel de mulţumire de scurtă durată. Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că pacea sufletului poate să fie oferită numai de Hristos.

„Dar cei mai în măsură să ne dea sfaturi în cele ale postirii sunt cei care au urmat cu succes acest drum întreaga viață, sfârșindu-și viața în autenticul ethos creștin. Sfântul Cuvios Paisie Aghioritul, întrebat cum poate fi dobândită mai multă cumpătare în timpul postirii, a răspuns: „cei din lume se străduiesc să fie cumpătați mai ales în post. Să fim atenți mai cu seamă la patimile sufletului și apoi la cele ale trupului. Dacă punem pe primul loc nevoința trupească și nu ne luptăm să smulgem patimile din suflet, nu am făcut nimic. Un mirean s-a dus odată la mănăstire la începutul postului, iar acolo un călugăr l-a tratat cam tăios. Dar bietul om avea gânduri bune și-l îndreptățea. A venit la mine și mi-a zis: «Nu-l învinuiesc, părinte. Tocmai terminase postul său, care a durat trei zile!» Dacă ar fi postit duhovnicește în acele trei zile, ar fi dobândit o dulceață a duhului care l-ar fi făcut să-i vorbească omului acela cu bunătate. Dar el a exagerat cu egoism în nevoința lui și acum îi învinovățea pe alții”.”[129]

Disciplina duhovnicească este una care de mai multe ori este criticată de mas media din zilele noastre fiindcă ea ne spune că sunt mult prea multe probleme economice şi sociale cu care ne confruntăm şi nu mai avem mai nici un om motiv să fin interesaţi de probleme sufletului. Ei bine ceea ce s-a putut vedea este că dacă

---

126 Idem.

127 A se vedea Cristian Barnea, *Valoarea trupului omenesc în spiritualitatea ortodoxă* (Iași, 2021).

128 A se vedea Radu Teodorescu, *Simplitatea duhovnicească a sfinților creștin ortodocși în vremuri complicate și dificile* (Cugir, 2024).

129 Augustin Păunoiu și Preot Ioan Aurelian Marinescu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si spiritualitate/theologica/asceza-postului-urmareste-transfigurarea-omului-152230.html (accesat pe 21.12.2023).

s-au rezolvat problemele sufletești și cele materiale au ajuns să fie soluționate. „Același Sfânt Părinte [Paisie Aghioritul] ne povățuiește și cu privire la direcția gândurilor noastre din timpul Postului Mare: „Să te gândești la Pătimirile și jertfa lui Hristos. Marele Post reprezintă o ocazie neprețuită de a te face părtaș la Pătimirile lui Hristos, prin pocăință și metanii, tăindu-ți patimile și reducând hrana pentru dragostea lui Hristos. Trebuie să ne folosim cât putem de mult de această arenă duhovnicească, ce ne oferă ocaziile și condițiile necesare pentru a ne apropia mai mult de Hristos Cel răstignit, pentru a primi ajutor și a ne bucura de Învierea Lui schimbați duhovnicește. Să aveți putere în Marele Post, pentru a putea urca pe Golgota ca să-I fim alături Domnului în Sfintele Sale Pătimiri împreună cu Preacurata lui Maică și cu Sfântul Ioan Evanghelistul!"[130]

Doi istorici greci discutau într-o zi.

- Și ce părere ai de istoria noastră a grecilor?
- Știi ce?
- Ce?
- Mai multă disciplină nu ne-ar strica.
- De ce?
- Fiindcă noi grecii nu prea punem preț pe disciplină.
- De ce?
- Fiindcă nu voim să ne obișnuim cu ea.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- De cele mai multe ori credem că disciplina va venii de la sine.
- Și nu vine?
- Nu.
- De ce?
- Fiindcă disciplina este un lucru conștient.
- Adică?
- Nu este inconștient.
- Oare?
- Da.
- Cred că ai dreptate.
- Vezi?
- Bine dar cum putem disciplina un popor?
- Prin educație.
- Crezi.
- Da.
- De ce?
- Fiindcă este educația cea care îl face pe om conștient de importanța disciplinei.
- Nu știu ce să spun.
- Dar evident că mai trebuie să fie luate și alte măsuri.
- Ce măsuri?
- De disciplină.
- La ce te referi?
- Îți voi spune la ce.
- La ce?
- La viața concretă..
- Adică?
- Din viață trebuie să învățăm nu?
- Da.
- Ei uite îți voi spune un caz.
- De la noi din Grecia?
- Da.
- Te ascult.

[130] Idem.

- Este din vechime.
- De când?
- De pe vremea lui Alexandru Macedon.
- Spune.
- Împăratul Alexandru avea un prieten un filosof.
- Şi?
- Acesta era un mare linguşitor.
- Cum?
- Când greşea în loc să îl critice pe Alexandru prefera să nu spună nimic sau să îl laude.
- Şi?
- Alexandru şi-a dat seama de acest lucru.
- Păi da.
- Şi ce a făcut?
- Ce?
- L-a depărtat de la curte.
- Interesant.
- Alexandru şi-a spus.
- Ce?
- Nu-mi observă greşelile mele — zicea Alexandru — atunci e un nebun, le observă şi nu-mi face imputări, atunci e un linguşitor răutăcios. In ambele cazuri, merită să fie alungat din apropierea regelui.
- A gândit bine Alexandru.
- Ştii ce demonstrează acest lucru?
- Nu.
- Că Alexandru ştia de disciplină.
- Cred şi eu.
- Sunt mulţi oameni de stat care eşuează.
- De ce?
- Fiindcă sunt înconjuraţi de linguşitori.
- Este o mare problemă acest lucru.
- Singur că este.
- Trebuie să ai sfetnici drepţi şi buni.
- Care se găsesc mai greu.
- Asta aşa este.
- Vezi că am dreptate?
- Da.
- Mă bucur.
- Bine ai spus că noi grecii mai trebuie să lucrăm la disciplină.
- Singur.
- Nu ne strică mai multă disciplină.
- În nici un caz.
- Suntem pe aceiaşi frecvenţă.
- Se pare că da.
- Disciplina este una care de fiecare dată dă rezultate.
- Se pare că da.
- Aşa este.
- Totuşi ortodoxia este o credinţă a disciplinei.
- Nu este luată în serios.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Sunt mulţi creştini ortodocşi formali.
- Doar cu numele. Ştiu.[131]

[131] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Atunci când Iisus ne-a spus că noi creştinii trebuie să fim ca o lumină pentru semenii noştri evident că a voit să ne facă să fim mult mai disciplinaţi. Aceasta fiindcă sunt mulţi creştin ortodocşi care nu sunt conştienţi de importanţa disciplinei. Teologul Marius Nedelcu spunea în acest sens: „parabola cu lumina care nu se poate pune sub obroc, ci la loc înalt, și cea cu cetatea care fiind zidită pe vârf de munte nu poate să se ascundă trimit tocmai la deznodământul firesc pe care creștinii nu îl pot evita. Ei trebuie, într-un fel sau altul, să mărturisească prin viața și faptele lor adevărul Evangheliei. Această conștiință mărturisitoare a fost foarte vie în Biserica primară, întrucât vedem că atunci creștinii erau foarte riguroși cu viața lor și nu permiteau ca păcatele și viețuirea decadentă să îi separe de Hristos. Mai mult, cei care se făceau într-un fel vinovați de derapaje morale grave erau excomunicați din comunitate și eventual reprimiți după o perioadă de penitență aspră. Acest lucru arăta o grijă pentru primenirea Trupului mistic al lui Hristos care este Biserica.

Mântuitorul, după ce le spune ucenicilor că sunt chemați să arate faptele lor cele bune înaintea oamenilor - „Așa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor, încât să vadă faptele voastre cele bune și să slăvească pe Tatăl vostru Cel din ceruri" (Matei 5, 16), peste câteva versete îi va înfiera pe cei care fac faptele dreptății pentru a culege laude de la oameni. La începutul capitolului 6 din Evanghelia după Sfântul Matei, Domnul îi va atenționa pe ucenici să nu facă milostenia, rugăciunea și postul pentru a capitaliza imaginea sau părerea bună de la oameni, ci să le facă în ascuns. Cei care făceau faptele dreptății pentru a avea opinia publică de partea lor erau tocmai fariseii, de a căror purtare Domnul căuta să îi vindece pe ucenicii Săi. De aceea îi îndeamnă să facă faptele bune în ascuns, fără a fi văzuți, cunoscuți și apreciați de oameni."[132]

CAPITOLUL 6

DISCIPLINA NU ESTE O OBSESIE ŞI O FIXAŢIE RELIGIOASĂ CI O METODĂ DE A EXCELA ÎN VIAŢA DUHOVNICEASCĂ

Lumea de azi energică şi dezinhibată are o adevărată fobie faţă de ritualuri. Aceasta fiindcă se consideră că ritualurile sunt

- repetitive.
- obositoare,
- dificile
- şi plictisitoare.

Iată de ce când vorbim de ritual în vremurile noastre riscăm să devenim

- ridicoli
- şi demodaţi.

Totuşi se poate vedea că Biserica Creştin Ortodoxă are foarte multe ritualuri. Aceasta fiindcă sunt aceste ritualuri care evident că ne fac să fim mult mai disciplinaţi.[133]

Despre implicaţia creştinilor ortodocşi în disciplina ortodoxă teologul Marius Nedelcu spunea: „Sfântul Ioan Gură de Aur transferă responsabilitatea pentru vestirea Evangheliei prin cuvânt și faptă creştinilor. De aceea el spune că faima ucenicilor Domnului a ajuns să fie cunoscută în toată lumea nu numai pentru Evanghelie, ci şi pentru faptele lor. Prin urmare, este o responsabilizare a oricărui om care ascultă Evanghelia. Acesta este chemat să se străduiască să înfăptuiască cele poruncite de Domnul pe cât este cu putință fără a avea gândul că sunt prea grele de îndeplinit sau sunt numai pentru cei desăvârșiți.

În același gând, și Sfântul Grigorie de Nyssa spune că creștinii trebuie să arate grija lor pentru cele bune nu numai înaintea lui Dumnezeu, ci și a oamenilor: „Să aducem şi noi la jertfelnicul de sus, ca pe o pereche de turturele, curăţia trupului şi a sufletului sau, ca pe doi pui de porumbel, grija pentru cele bune, nu doar înaintea Domnului, ci şi înaintea oamenilor, pentru ca şi noi să le săvârşim pe toate în chip duhovnicesc, potrivit cu legea dumnezeiască, înaintând în har şi înţelepciune până ajungem la măsura vârstei deplinătăţii lui Hristos (Efeseni 4:13)!"[134]

---

[132] Marius Nedelcu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/ascetica-in-viata-celor-chemati-178481.html (accesat pe 21.12.2023).

[133] A se vede Robert Taft, *Ritualul bizantin* (Alba Iulia, 2017).

[134] Marius Nedelcu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/ascetica-in-viata-celor-chemati-178481.html (accesat pe 21.12.2023).

Din afirmația de mai sus a Sfântului Grigorie de Nyssa se poate vedea că dacă ajungem să avem o inimă cutată acest lucru este ca o jertfă adusă în fața lui Dumnezeu. Este bine să știm că dacă noi creștinii ortodocşi ajunge să fim unii care să fim oameni ai disciplinei ei bine restul de persoane din jurul nostru vor vedea și ei acest lucru şi ne vor urma exemplul. Aceasta fiindcă nu avem cum să fin indisciplinați şi să voim ca cei din jurul nostru să fie disciplinați. Teologul Marius Nedelcu spunea foarte bine în acest sens: „aceste două îndemnuri ale Domnului - „așa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor", și cel legat de faptele dreptății - „luați aminte ca faptele dreptății voastre să nu le faceți înaintea oamenilor ca să fiți văzuți de ei", par la prima vedere că ar fi antagonice, dar Părinții Bisericii nu au văzut aici ceva contradictoriu, ci marea înțelepciune a lui Dumnezeu, care ne ferește de riscurile care pot apărea pe calea făptuirii poruncilor.

Comentând versetul privitor la lumina faptelor bune care trebuie să lumineze către oameni, Sfântul Ioan Gură de Aur leagă lumina aceasta de Evanghelie, în sensul în care viața creștinului trebuie să aibă în vedere propovăduirea nu numai prin cuvânt, ci și prin faptă a bunei vestiri despre Domnul Hristos și despre Împărăția cerurilor. Sfântul Ioan spune: „Arătați, deci, o viață vrednică de harul ce ați primit; după cum harul se propovăduiește pretutindeni, tot astfel și vestea faptelor voastre bune merge împreună cu el. Apoi, împreună cu mântuirea oamenilor, Hristos le mai dă și un alt câștig, îndestulător să-i facă să lupte și să le insufle râvna: Dacă veți trăi drept, le spune Hristos, nu numai că veți îndrepta lumea, dar veți face ca și Dumnezeu să fie slăvit. Dar dacă veți avea o viață păcătoasă, veți duce și pe oameni la pieire și veți face ca și numele lui Dumnezeu să fie hulit".[135]

La fel de bine ceea ce trebuie să ne dăm seama că noi avem o datoria morală față de societatea din care facem parte. Dacă suntem oameni disciplinați ei bine am ajuns să ne facem cât se poate de mult datoria fiindcă suntem persoane

- integre,
- responsabile,
- autentice
- şi sincere.

Disciplina în societate trebuie să ştim că este cerută de bunul simț.[136]

Teologul Marius Nedelcu spunea în acest sens: „ceea ce se mai întrevede din cuvintele acestor sfinți este caracterul ascetic al mărturisirii prin fapte a Evangheliei. Departe de a fi o etalare a unei bune chivernisiri, mărturia prin fapte este deosebit de istovitoare. Teologul ortodox Paul Evdokimov, care a trăit în secolul trecut, vorbește în lucrarea „Vârstele vieții spirituale" de „monahismul interiorizat", arătând că viața creștinului are un caracter ascetic înscris în ea, care nu poate fi șters. El spune: „Omul a căzut mai prejos de sine, asceza monahală îl ridică mai presus de sine. Pocăința, metanoia, adâncește nașterea de-a doua, care este cea a Botezului, prin care se trăiește încă de aici «mica înviere»; și dacă trupul are să aștepte învierea cea mare, cea de obște, sufletul este de pe acum nemuritor".

Mântuitorul a arătat cum sufletul omului se poate șlefui pentru a fi purtător al Evangheliei Sale. Zice că prin faptele bune trebuie să Îl slăvim pe Tatăl, iar apoi ne atrage atenția să nu capitalizăm actele dreptății pentru a ne agonisi slava deșartă. Această cunoaștere a intenției cu care făptuim exprimă ascetismul creștinului care trebuie să își cunoască mișcările sufletești și mai ales spre ce direcție îl poartă viața și orice acțiune. Vorbind despre viețuirea călugărească, Paul Evdokimov spune: „Credința lor cea dreaptă, ortodoxia lor, nu aspreşte nimic prin interdicții, ci netezește toate căile. Prin slăvirea pe care ei o aduc lui Dumnezeu și prin cântările lor, ei nu îndepărtează pe nimeni, ci numai ei cheamă pe toți și pe fiecare în parte să devină om desăvârșit în Hristos. O astfel de maturitate creștină ne plasează dincolo de situații crispate, în Trupul lui Hristos, la nivelul Celui Unul și al Celei Una - Biserica Sa".[137]

Este bine să vedem că disciplina este un lucru care de multe ori are un înțeles subliminal. Aceasta fiindcă sunt mai mulți sfinți părinți care nu folosesc termenul de disciplină dar îl implică în mod

- explicit,
- evident,
- de la sine înțeles
- și foarte bine.

[135] Idem.

[136] A se vedea Radu Teodorescu, *Bunul simț: trăsătură de caracter al creştinului ortodox* (Cugir, 2018).

[137] Marius Nedelcu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/ascetica-in-viata-celor-chemati-178481.html (accesat pe 21.12.2023).

Este evident că o viață disciplinată ne va face să fim unii care să fim neîntinați de păcat. „Avva Pimen a fost întrebat despre întinăciune și a răspuns: „Dacă vom practica asceza și ne vom da silința să ne trezim, nu vom fi întinați”. Întrebarea este importantă, cu tot aerul ei de mare generalitate, pentru că vizează spre centrul viețuirii în deșert a acestor monahi. Ei sunt cei care caută cu ardoare curăția, eliminarea zgurii care opacizează sufletul și îl închid către Dumnezeu. Una dintre cele mai înalte experiențe mistice este vederea lui Dumnezeu, care este făgăduită celor curați cu inima (Mt. 5, 8). Curăția este atât a trupului, cât și a sufletului, cele două fiind într-o legătură atât de strânsă încât adesea nu se poate spune cu precizie unde se termină sufletul și începe trupul, ori invers. Totuși, părinții, când vorbesc despre întinare, tind să îi dea mai mult un sens trupesc.”[138]

Doi artiști discutau într-o zi.

- Știi ce am remarcat?
- Ce?
- Dacă vrei să fi un artist de succes trebuie să fi disciplinat.
- De ce?
- Nu știi?
- Nu.
- Îți voi spune.
- Frumosul înseamnă disciplină.
- Cum așa?
- Frumosul este ordonat și proporționat.
- Așa este.
- Iată de ce trebuie să fim oameni care să știm acest lucru.
- De ce?
- Fiindcă răul este dezordonat și hidos.
- Nu am gândit lucrurile așa.
- Ar fi bine să o faci.
- Așa am să fac.
- Asta înseamnă disciplină.
- Acest lucru am putut să îl văd.
- Este vorba de o disciplină de a descifra frumosul.
- Deci frumosul nu vine de la sine?
- Nu.
- Dar este mult frumos în natură.
- Aceasta fiindcă a fost creată de Dumnezeu.
- Adevărat.
- Dumnezeu nu face lucruri urâte.
- Așa este.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Frumosul de multe ori este poate să fie pedagogic.
- Cum?
- Ne învață cum să vedem frumosul.
- Și cum trebuie să îl vedem.
- Așa cum este.
- Fără exagerări.
- Da.
- Nu știam acest lucru.
- O să îți spun o întâmplare în acest sens.
- Despre ce?
- Despre pedagogia artei.
- Chiar te rog.
- Bine.
- Te ascult.

---

[138] Idem.

- Este o poveste adevărată.
- Spune.
- Se spune că era un rege bun şi drept.
- Frumos.
- Totuşi el avea unele slăbiciuni.
- Adică?
- Îi plăcea că fie linguşit.
- Cum?
- A permis mai multor sfetnici linguşitori să vină la palat.
- Şi?
- L-au influenţat în rău.
- Cum?
- A ucis mai mulţi oameni nevinovaţi.
- Înţeleg.
- Într-o zi regele se plimba îngândurat prin palat.
- Şi?
- A putut să vadă un tablou.
- Ce tablou?
- În tablou era reprezentat o pisică care se uita cu ochii unei porumbel la o păsărică cu o coroană pe cap.
- Şi?
- Ce o fi cu acest tablou?
- Nu şi-a dat seama?
- Nu.
- Şi ce a făcut?
- A dat de veste în tot palatul să vină cineva să îi spună care este semnificaţia tabloului.
- Şi?
- Nici un curtean linguşitor nu a ştiu ce este cu acel tablou.
- Înţeleg.
- Un bătrând înţelept a ridicat glasul şi a spus.
- Ce?
- Îţi voi spune eu rege ce înseamnă acest tablou.
- Chiar te rog, a răspuns regele.
- Pisica reprezintă pe linguşitorii, cari te încunjură, porumbelul este blândul tău popor, iar păsărică din colivie cu coroana pe cap eşti tu o rege! Care între cei ce te încunjură eşti un sărman prizonier. De aceea trimite-i rege pe aceşti netrebnici linguşitori şi onorează fidelitatea devotaţilor tăi.
- Bine ai spus tu înţelepte.
- Mă bucur că am fost de folos.
- De azi înainte toţi cei care m-au linguşit vor pleca de la palat.
- Îndurare majestate!
- Nu am spus!
- Aşa a făcut ordine regele la palat?
- Da.
- Frumos.
- Aşa este.
- Ţi-a plăcut povestea?
- Da.
- Are un final fericit.
- Aşa este.
- Morala este că trebuie să ne trezim la realitate atunci când o luăm pe căi greşite.
- Sunt de acord.
- Arta trebuie să cultive frumosul între oameni.
- Ştiu acest lucru.[139]

[139] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Este adevărat că nu numai viaţa creştin ortodoxă are nevoie de disciplină ci la fel de bine şi în domeniul artistic trebuie să fie disciplină. Cu privire la disciplina duhovnicească teologul Marius Nedelcu spunea: „dobândirea curăției începe cu hotărârea crucială de a nu mai păcătui. Adică să încetezi acumularea mizeriilor. Dar această decizie, cu toate că este nodală, ea nu are un efect imediat pentru că procesul curăției este unul de durată. Poarta răului nu poate fi închisă cu totul și căderile fac parte inevitabilă din acest proces. Când marii asceți ne spun că se luptă cu o anumită patimă ani în șir, acolo este implicată sugestia cel puțin că au intervenit și căderi. Extraordinarul parcursului lor nu stă în faptul că în această luptă au putut evita cu totul căderile (deși au fost asemenea asceți), ci că nu au renunţat la parcursul lor în urma căderilor, nu au abandonat lupta, nu au capitulat în faţa deznădejdii. Eroismul celor care pot să își asume eșecurile spirituale și să meargă mai departe este la fel de mare ca al celor care au rezistat neclintiți, fără să cedeze vreodată. Eșecurile, dacă sunt bine distilate, vor creşte în inima celor care și le asumă smerenia, virtutea care le adună și le înmulțește pe toate celelalte."[140]

Este adevărat că monotonia se naşte din repetiţie. Trebuie să ne dăm seama că nimeni nu vrea o viaţă monotonă dar totuşi suntem mulţi care ajungem să ne confruntăm cu monotonia în viaţa noastră. Ce este de făcut? Trebuie evident că ajungem să luăm mai multe măsuri şi să ajungem să avem o disciplină de viaţă:

- tare,
- solidă,
- efectivă
- şi puternică.

Numai în acest mod vom ajunge să eliminăm monotonia din viaţa noastră. Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că disciplina este superioară monotoniei. Aceasta fiindcă este bine să ştim că monotonia poate să apară dar ea să fie de fapt numai o iluzie. Monotonia prin urmare poate fi învinsă prin disciplină.[141]

Teologul Marius Nedelcu ne spunea că asceza şi trezvia sunt şi ele două faţete ale manifestării disciplinei creştin ortodoxe: „în procesul de curățire, două sunt armele spirituale cele mai la îndemână: asceza și trezvia. Asceza are un caracter mai degrabă fizic și implică trupul în actul duhovnicesc, îl îmblânzeşte şi îl împinge către transfigurare. Asceza pentru a da rezultate trebuie practicată asiduu, cu regularitatea cu care fac exerciții sportivii de elită. Dar performanţele ascetice sunt riscante. Ele îl pot autonomiza și închide în dispreţ, mândrie și aroganță pe nevoitorul „eficient". De aceea asceza se cere dublată de trezvie, adică de atenţia neîntreruptă la mişcările sufletului. Sufletul, înainte de a dobândi pacea se mişcă haotic, şerpuieşte ca un râu rapid de munte, disimulează şi este neprevăzut. Fără de trezvie prăbuşirea este aproape inevitabilă.

Trezvia, însoţită de mărturisirea gândurilor, te va ajuta să îți stăpâneşti sufletul, în acelaşi fel în care asceza contribuie la stăpânirea trupului. Amândouă laolaltă duc la curăția omului întreg, care devine o fereastră prin care Dumnezeu Se vede."[142]

Este evident că pentru mai multă lume disciplina creştin ortodoxă poate să devină

- o rutină,
- o repetiţie,
- o monotonie
- şi un plictis.

Aceasta fiindcă oamenii sunt unii care în vremurile noastre se plictisesc extrem de repede. Sunt mai mulţi care la fel de repede cum au apucat un lucru la fel de repede ajung să se şi plictisească de el.

Ceea ce nu sunt mulţi conştienţi este că atunci când ajungem să păşim cu încredere pe calea binelui ei bine demonii sunt invidioşi şi vor face orice să ne facă să părăsim această cale. Aşa se face că ei vor încerca să aducă în noi mai multe stări de

- plictis
- şi de lehamite

prin care vor spera că ne vor duce departe de facerea binelui. Vom sta în faţa demonilor în asemenea situaţii cel mai bine prin

- rugăciune
- şi trezvie.

---

140 Marius Nedelcu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/ascetica-in-viata-celor-chemati-178481.html (accesat pe 21.12.2023).

141 Autor anonim, *Akedia. Faţa duhovnicească a deprimării. Cauze și remedii* (Bucureşti, 2015).

142 Marius Nedelcu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/ascetica-in-viata-celor-chemati-178481.html (accesat pe 21.12.2023).

Aceasta fiindcă demonii nu suportă aceste două lucruri. Iată ce spunea în acest sens părintele Adrian Agachi: „cu o fină observație, un profesor de teologie din perioada modernă sublinia: „Ascetismul trebuie legat de ideea cetățeniei cerurilor, nu a unei societăți lumești, dacă nu este să rămână o simplă practică fizică, comparabilă cu sporturile" (Samuel Rubenson *apud* Columba Stewart, *Cassian monahul. Învățătura ascetico-mistică*, trad. de diac. Ioan I. Ică jr. și Cristian Pop, Sibiu, Ed. Deisis, 2000, p. 11).

Este asceza o dietă? Este ascetismul un sport? Este postul o cale nutriționistă vegană? Sunt metaniile niște exerciții fizice pe cinste? Este rugăciunea un panaceu al nervilor obosiți? S-au înmulțit situațiile în care unele acțiuni și reguli religioase al căror înțeles inițial ne scapă ajung să fie echivalate cu tot felul de activități moderne, înnoitoare, „eliberatoare". Însă, din punct de vedere creștin, asceza nu a fost niciodată un hobby, un sport sau un instrument de slujire a trupului omenesc. Pentru că aici apare distincția esențială dintre asceză și dietele moderne: prima se face în sprijinul sufletului, a doua, doar pentru „sațiul" trupului (Coloseni 2, 23)."[143]

Este posibil ca în acelaşi timp să ajungem să ne disciplinăm trupul prin sport şi sufletul prin asceză. Ambele sunt două discipline de care avem nevoie şi pe care trebuie să le punem în practică într-un fel sau altul.

Spunem aceste lucruri pe fondul unei lumii care deşi nu crede în haos de mai multe ori ajunge să trăiască haosul sunt forme mult mai rafinate. Sunt din ce în ce mai invadaţi de practici ale extremului orient:

- yoga,
- Meditația Transcedentală,[144]
- Reiki,
- homeopatie
- asana
- sau Hare Krişna.

Gama de practici disciplinare orientale este mult mai mare însă ceea ce trebuie să ne dăm seama este că toate sunt manifestări haotice ale spiritului.

Demonii ne prezintă tot felul de alternative la spiritualitatea creştin ortodoxă care sunt uneori mult mai atractive decât disciplina creştin ortodoxă. De exemplu mişcarea New Age de mai multe ori ne vorbeşte de faptul că eul nostru este de fapt un Eu divin şi că de fapt noi suntem părţi din Dumnezeu. Se vorbeşte aici cât se poate de clar de o îndumnezeire a omului dar o îndumnezeire fără de Hristos şi fără Dumnezeu.

Despre asceza creştin ortodoxă ca o formă de disciplină tot părintele Adrian Agachi spunea: „prin asceză nu caut să fiu sănătos fizic sau să-mi mențin condiția activă, nu doresc să-mi echilibrez alimentația sau să caut resurse noi pentru a-mi împrospăta gândirea. Asta dacă vreau cu adevărat să merg pe această cale a descoperirii unui scop mai înalt al vieții mele, care trece dincolo de trup și îngrijirea lui nesfârșită din modernitate. Însă, dacă transform asceza în ceva trupesc, dacă postesc și fac metanii, dacă mă rog și fac unele fapte bune *doar ca lucrurile să meargă bine, să fiu sănătos cu orice preț și să am ce-mi doresc*, atunci merg în direcția opusă. Părintele Emilianos Simonopetritul spunea: „Omul care se împotrivește față de durere sau care se teme de durere, sau care are greutăți în lipsa și absența lucrurilor, acela nu Îl are pe Dumnezeu, Dumnezeu pentru el este mort. Așadar, pentru ca cineva să poată să nu fie ispitit și să nu-și piardă legătura sa cu Dumnezeu, pentru ca Dumnezeu să nu ajungă inexistent pentru el, trebuia ca, în ceea ce privește viața sa trupească, să iubească durerea, suferințele și lipsa" (Arhim. Emilianos Simonopetritul, *Tâlcuire la Sfântul Maxim Mărturisitorul. Capete despre dragoste*, trad. de ierom. Agapie Corbu, Arad, Ed. Sf. Nectarie, 2018, pp. 81-82)."[145]

Ceea ce se poate vedea este că suferinţa este o mare problemă în lumea noastră. În

- spitale,
- azile,
- orfelinate,
- pe câmpul de luptă,
- în accidente
- şi în violenţă domestică

ei bine suferinţa este un lucru prezent în viaţa şi în lumea noastră.

---

143 Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/societate/analiza/asceza-si-dietele-moderne-159685.html (accesat pe 21.12.2023).

144A se vedea Doina Jelea, *Afacerea meditația transcendentală* (Bucureşti, 2004).

145 Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/societate/analiza/asceza-si-dietele-moderne-159685.html (accesat pe 21.12.2023).

Ortodoxia ei bine ne prezintă rezolvarea la problema suferinței. Este vorba de un lucru permis de Dumnezeu dar care este comis de cele mai multe ori din răutatea omului. Nu este vina lui Dumnezeu că oamenii de multe ori ale să se ucidă și să se mutileze între ei pe câmpurile de luptă.

Sunt mai mulţi care consideră că de fapt ortodoxia nu este nimic mai mult decât o stare de alienare a omului care a ajuns să fie lovit de suferinţă. Ei bine ceea ce se poate vedea este că suferinţa este trecătoare. Avem momente în care suferim şi mai apoi lucrurile vin la făgaşul normal. Prin urmare se poate spune că ortodoxia nu este o un fel de fixaţie religioasă creată de suferinţa din lume.

Părintele Adrian Agachi spunea în acest sens: „dacă pot suporta durerea de a posti numai pentru a ajunge la silueta optimă, dacă mă rog numai ca să-mi împlinesc propriile dorințe, dacă fac fapte bune numai pentru a avea oamenii o părere excelentă despre mine, atunci nu fac nici o asceză. Împietrit în egoismul dorințelor mele, îmi caut împlinirea propriilor scopuri, nu voia lui Dumnezeu. Dacă veți pune un om să postească o zi pentru a slăbi și doar o oră avându-L în minte pe Dumnezeu, de va fi om duhovnicesc, nu va putea să o țină pe prima, dar o va împlini pe a doua. Însă, de va fi un om cu cuget trupesc, necurat, atunci, pentru siluetă va posti oricât, dar pentru Dumnezeu nu va putea posti nici măcar o oră, pentru că imediat lăcomia îl va face să simtă o foame nestăpânită.

Ni se vorbeşte tot mai mult despre efectele benefice ale postului asupra corpului nostru. Dar postul nu se ține pentru trup! Cine îl ține pentru trupul său nu Îl ține pentru Dumnezeu! De aceea, omul respectiv poate își va păstra sănătatea, dar cum este astăzi sufletește, va fi și peste cincizeci de ani. În interiorul său va fi tot mort sufleteşte. La fel, dacă amestec rugăciunea cu tot felul de rețete de meditații orientale, voi dobândi poate aparența unei păci interioare, dar ea va fi iluzorie, înșelătoare, demonică."[146]

Se poate vedea aici că disciplina este una care ne aduce numai beneficii:

- sufleteşti
- şi trupeşti.

Nu trebuie să uităm acest lucru în zilele noastre când sunt mulţi care nu prea sunt lămuriţi cu statutul ascezei în viaţa noastră. Mai toţi

- psihologii,
- terapeuţii
- psihiatrii

sunt de acord că disciplina este un lucru benefic pentru noi şi că ea ne potenţează foarte bine spre lucruri bune şi frumoase.[147] „Ziua în care ascetismul va fi transformat într-o dietă va reprezenta reducerea aproape completă a omului la trup și la grija închinată exclusiv acestuia. Nu va mai fi loc pentru suflet. Nu va mai fi loc pentru lucrarea lui Dumnezeu în viața omului. Tot ce vom simți va fi legat exclusiv de senzațiile propriului nostru organism biologic, această amestecare a ţărânei, care trebuie să se întoarcă la elementul din care a fost creată peste un an, peste un deceniu sau mult mai târziu. Cert este că se va întoarce acolo unde nici o dietă nu mai este de folos, spre deosebire de asceză, care, împlinită corect, ne-ar fi sprijinit în dobândirea harului dumnezeiesc, care este nepieritor.

„Avem puternice motive să credem că puterile creatoare ale omului nu pot fi regenerate și identitatea omului restabilită, decât prin o nouă epocă de ascetism religios.

Numai o astfel de epocă, singură o astfel de epocă, revenind la sursele spirituale ale omului, va putea să concentreze toate puterile acestuia și să împiedice ca identitatea sa să se pulverizeze cu totul" (Nikolai Berdiaev, *Un nou Ev Mediu*, trad. de Maria Vartic și Iosif E. Naghiu, Bucureşti, Ed. Paideia, 2016, p. 28).

Iar ascetismul religios este exact opusul dietelor moderne. Se pot asemăna în practică, dar scopurile lor sunt diferite: pentru cel dintâi, mântuirea sufletului; pentru celelalte, îngrijirea necondiționată a trupului."[148]

Este foarte adevărat că pentru omul de azi

- suspicios la tot ceea ce este religios
- şi comod

[146] Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/societate/analiza/asceza-si-dietele-moderne-159685.html (accesat pe 21.12.2023).

[147]A se vedea Gheorghiu Capsanis, *Asceză și îndumnezeire* (Editura Marineasa, 2006).

[148]Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/societate/analiza/asceza-si-dietele-moderne-159685.html (accesat pe 21.12.2023).

ei bine este foarte adevărat că asceza nu este un lucru care este prea bine primit. Aceasta fiindcă oamenii cred că în cele din urmă Dumnezeu nu ne cere prea multă disciplină. Pentru foarte mulţi creştini ortodocşi adevărul este că ortodoxia nu este un lucru existenţial ci mai mult un fel de hobby.

Iată ce spunea în acest sens teologul Paul Siladi: „Patericul egiptean, tocmai prin faptul că este alcătuit din sentințe și fragmente decupate rapid din viața cotidiană a părinților deșertului, nu vorbește prea mult și detaliat despre nevoința și asceza călugărilor. Avem totuși o serie de asemenea descrieri, iar ele pot fi foarte bine completate de informații din alte texte vechi, ca de exemplu *Istoria Lausiacă* a lui Paladie. Imaginea care se desprinde din toate aceste texte este aceea a unor nevoitori aspri, care își asumă un mod de viață frugal, redus în toate aspectele sale la un minimum necesar. Ce înseamnă acest minim știm sigur că el diferă de la ascet la ascet. Avva Pimen însă face o afirmație care indică unul dintre scopurile ascezei.

Bătrânul a zis: „Foamea și somnul pe apucate nu ne-au îngăduit să vedem lucrurile fără valoare”. Înțelegem de aici că scopul nevoinței este unul care privește decantarea realității pentru a putea face distincția între ceea ce este esențial și ceea ce este secundar sau lipsit de valoare. Asceza trupească, mai cu seamă postul și privegherea, ajută la concentrarea și adunarea omului în sine, îl scoate din risipire și îl face să înceteze să mai alerge după iluzii. Asceza aduce cu sine întâlnirea directă cu propria realitate, cu limitele și fragilitatea ta. Nevoința monahilor este, de fapt, modul lor de a se război futilitatea și frivolitatea lumii. Să trăiești în tensiunea ascetică înseamnă să te decojești iluzie după iluzie, până vei ajunge să îți vezi chipul curățat de orice fard al părerii de sine și al minciunii.”[149]

Se poate spune că dacă la Dumnezeu ajunge prin

- disciplină,
- asceză
- şi autocontrol

ei bine la diavol calea este

- uşoară
- şi largă.

Diavolul ne promite în această viaţă totul şi în viaţa de apoi nu ne oferă nimic mai mult decât iadul.[150]

„În același timp, eforturile monahilor, în momentul în care sunt făcute cu seriozitate, le subțiază discernământul și îi ajută să ierarhizeze valoric realitatea în mijlocul căreia trăiesc. Nu doar asceții disting între adevăr și minciună, dar reușesc și să se orienteze ordonând lumea înconjurătoare în funcție de principiul valorii. Acest principiu, decantat prin experiența proprie, ajunge apoi să fie modulat în funcție de nevoile personale. Până la urmă, una dintre marile provocări ale vieții creștine ține tocmai de acest fel în care principiile mari se întâlnesc cu biografia. Mitropolitul Kallistos Ware povestește o anecdotă într-una din conferințele sale. Un scriitor englez, plictisit de o predică prea lungă, îi spune mamei sale că, dacă el ar fi preot, ar zice doar atât: „Știți ce trebuie să faceți, acum mergeți și faceți”. Mulțumit cu soluția sa, crede că a rezolvat problema, dar mama îl întreabă: „Da, dar le-ai spune și cum să facă?” De fapt, aceasta este marea problemă a majorității oamenilor. Cu toții știm că trebuie să căutăm binele, să-i iubim pe Dumnezeu și pe aproapele și așa mai departe. Dar, cu toate că principiile mari par a fi la îndemâna oricui, transferarea lor în viață necesită un efort permanent, care este simplificat de experiența acumulată în Tradiția Bisericii. Și tocmai de aceea este atât de importantă asceza, pentru că ea nu îți îngăduie să dai atenție lucrurilor fără valoare.”[151]

Din cele afirmate mai sus de teologul Paul Siladi se poate vedea că asceza creştin ortodoxă ne menţine centraţi pe ceea ce este

- esenţial,
- important,
- de folos pentru noi
- şi cu sens.

Sunt multe lucruri în lumea noastră care numai aparent au sens. Ei bine asceza ca o disciplină a sufletului ne învaţă să preţuim numai ceea ce este importantă.

---

[149]Paul Siladi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/asceza-si-ierarhia-valorilor-154683.html (accesat pe 21.12.2023).

[150] A se vedea Hans Urs Von Balthasar, *Mic discurs despre iad* (Editura Galaxia Guntenberg, 2022).

[151] Paul Siladi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/asceza-si-ierarhia-valorilor-154683.html (accesat pe 21.12.2023).

Disciplina creştin ortodoxă prin urmare este departe de a fi o fixaţie religioasă care este mai mult un fel de afecţiune psihică. Ea este una care ne face să fim centraţi pe partea reală şi adevărată a lucrurilor. „Lumea este răstignită pentru mine și eu pentru lume!”, spune Sfântul Pavel în Epistola către Galateni 6, 14. Aceasta ne-a zis-o fiindcă există o moarte vrednică de dorit în această viață, una care ne aduce slava dumnezeiască. Cel care va purta întru sine moartea lui Hristos va trăi în trupul său viața Domnului Iisus.

Există trei feluri de moarte. Prima este moartea sufletului, căci există și „păcat de moarte” cum spune Apostolul iubirii (1 Ioan 5, 16). Într-un mod mai explicit, Sfântul Simeon Noul Teolog în *Imnele iubirii divine* ne învață că „cei care trăiesc după trup, toți cei care privesc spre cele de jos, deși aud cuvintele divine sunt deja morți, nefiind născuți din Dumnezeu și neprimind Duhul”. În al doilea rând, există o moarte fizică pe care Părinții Bisericii, moștenitori ai filosofiei grecești, au definit-o ca despărțirea sufletului de trup. Și mai este încă o moarte, moartea mistică, despre care Sfântul Apostol Pavel scrie: „Ne-am îngropat cu El (Hristos), în moarte, prin botez, pentru ca, precum Hristos a înviat din morți, prin slava Tatălui, așa să umblăm și noi întru înnoirea vieții” (Rom. 6, 4).[152]

Doi psihologi discutau într-o zi.

- Ştii la ce concluzie am ajuns?
- Nu.
- Deşi este foarte folositoare disciplina nu este populară.
- De ce?
- Fiindcă necesită efort.
- Ce efort?
- Trupesc şi sufletesc.
- Păi aşa este.
- Dar de ce nu înţeleg oamenii?
- Fiindcă nimeni nu vrea să se sacrifice pentru un bine suprem.
- Oare?
- Da.
- Sacrificiul şi efortul sunt ca acelaşi lucru.
- Este poate o diferenţă de grad.
- Adică?
- Efortul este un sacrificiu mai mic.
- Aşa este.
- Vezi?
- Nu m-am gândit la acesta.
- De ce?
- Fiindcă oamenii de azi nu se gândesc la mai nimic din ceea ce înseamnă sacrificiu.
- Asta aşa este.
- Şi cum trebuie să fie disciplina?
- Cu cât este mai severă cu atât mai bine.
- De ce?
- Fiindcă aduce multe rezultate.
- Ce fel de rezultate?
- Trupeşti şi sufleteşti.
- Deci ambele trupul şi sufletul sunt cuprinse în disciplină?
- Da.
- Nu era conştient de acest lucru.
- Trebuie să fi cât se poate de atent cu exteriorul.
- De ce?
- Îţi voi spune.
- Chiar te rog.
- Este vorba de o poveste din antichitate.

---

[152] Traducere și adaptare de Augustin Păunoiu după articolul *La mort mistique*, Mgr. Georges Khodr, Revue Buisson Ardent, Nr. 4, 1998 apud https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/asceza-lupta-pentru-inviere-105990.html (accesat pe 21.12.2023).

- Ce poveste?
- Se spune că în anturajul împăratului grec Alexandru cel Mare a ajuns şi un filosof pe nume Anaxander.
- Nu am auzit de el.
- Nu a fost un mare filosof.
- Şi mai este ceva.
- Ce Anaxander era un mare linguşitor.
- Îl linguşea pe Alexandru?
- Da.
- Cum?
- O să îţi spun.
- Te ascult.
- La un moment dat Anaxander îl însoţea pe Alexandru într-o călătorie.
- Şi?
- A venit o furtună puternică.
- Înţeleg.
- Un fulger a lovit nu departe de Alexandru şi prietenul său Anaxander.
- Au păţit ceva?
- Din fericire nu.
- Şi?
- Ce i-a spus Anaxander lui Alexandru?
- Ce?
- Anaxander ştia că Alexandru se considera pe sine fiul lui Zeus.
- Ştiu asta.
- Şi atunci Anaxander l-a întrebat pe Alexandru.
- Ce?
- Tu ai făcut asta fiul lui Zeus?
- Nu sunt atât de puternic după cum pari tu a mă învăţa, a răspuns Alexandru.
- Hahaha.
- De ce râzi?
- Este amuzantă povestea.
- Ne spune până unde pot să meargă lucrurile cu linguşeala.
- Aşa este.
- Ce ar fi trebuit să facă Alexandru?
- Ce?
- Să renunţe la serviciile lui Anaxander.
- De ce?
- Fiindcă este evident că linguşeala lui nu era bună.
- Aşa este.
- Dar lui Alexandru îi plăcea.
- Se pare că da.
- Deci vezi aşa se complac oamenii în lipsa de disciplină.
- Trebuie să fim disciplinaţi şi cu privire la prieteni?
- Da.
- Nu ştiam acest lucru.
- Un prieten care te linguşeşte cu orice ocazia nu este un prieten adevărat.
- Cred şi eu.
- Foarte bine.
- Acum îmi dau seama cum se pune probleme cu disciplina.
- Mă bucur.
- O să încep să o preţuiesc mai mult.
- Aşa să faci.
- Evident.[153]

[153] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Trebuie să ne dăm că cu cât avem mai multă disciplină în viața noastră cu atât mai bine. Aceasta fiindcă disciplina nu este o fixație religioasă ci este mai mult o metodă care ne face să câștigăm mai ușor Împărăția Cerurilor. Aceasta fiindcă după cum am spus disciplina este trupească și sufletească: „Pentru a înțelege reflecția paulină din Epistola către Romani trebuie să plecăm de la filosofia semitică care ignoră dualismul grec suflet-trup. Evreilor, ca și vechilor arabi, le este străină noțiunea de suflet ca substanță rațională care animă trupul. Iată pentru ce - și acest lucru poate părea ciudat - Biblia nu vorbește despre nemurirea sufletului așa cum o fac filosofii Antichității grecești. Dualismul biblic este absolut diferit: este cel care pune în față viața și moartea. De aceea moartea mistică nu se referă la suflet, ci la existența integrală a omului. Noi suntem ființe umane care trecem printr-o nouă naștere în Hristos. Botezul implică omul integral, atât sufletul, cât și trupul lui.

Locul acestei teologii baptismale îl găsim în Epistola către Romani ca o anexă la teologia îndreptării prin credință. Pavel pune în opoziție păcatul cu harul și declară: „Unde s-a înmulțit păcatul, a prisosit harul" (Rom. 5, 20). El se întreabă retoric atunci dacă trebuie să rămânem în păcat ca harul să se înmulțească. Botezul se dovedește a fi manifestarea lui Hristos total în care noi, oamenii, ființăm prin răscumpărarea Sa. Gândirea Apostolului se explică aici: „Dacă am fost altoiți pe El prin asemănarea morții Lui, atunci vom fi părtași și ai învierii Lui. Cunoscând aceasta, că omul nostru cel vechi a fost răstignit împreună cu El, ca să se nimicească trupul păcatului, pentru a nu mai fi robi ai păcatului" (Rom. 6, 5-6)."[154]

CONCLUZII

Efortul nostru de a oferii cititorului o carte despre disciplină în perspectivă creştin ortodoxă se poate să nu fie prea popular în zilele noastre. De ce? Fiindcă omul de zi este un om care preferă să găsească cât mai multe metode pentru

- a se distra,
- a se auto-satisface,
- a se primenii
- şi a se desfăta.

Evident că disciplina necesită mai multă

- încordare
- şi concentrare.

Aceste lucruri nu sunt prea plăcute şi pentru aceasta oamenii nu sunt atraşi de o viaţă disciplinată. Sunt mai mulți mari artiști ai lumii care fac apologia vieții boeme, adică o viaţă imorală şi fără de nici un fel de

- principiu
- sau disciplină.

Vorbele lui Iisus că largă este calea care duce la pierzanie sunt actuale și în secolul XXI.[155]

Teologul Paul Siladi ne aduce în faţă faptul că nu trebuie să fim prea severi cu cei din jurul nostru fără ca noi să fim severi cu noi înşine: „adâncul inimii este în mod firesc retractil, discret, bucuros de întâlnirea tainică şi delicată cu Dumnezeu, Cel Care este în ascuns şi Care vede în ascuns. Rugăciunea făcută în spatele uşilor încuiate, recomandată de Mântuitorul în Predica de pe munte (Mt. 6, 6), îşi găseşte corespondentul practic în toată nevoința tăinuită a monahilor din pustie şi a tuturor lor care ce le-au urmat.

O lecţie despre importance şi locul discreţiei în viaţa creştină primeşte de la avva Iosif preotul Eulogios. Ucenic al Sfântului Ioan Gură de Aur, acesta din urmă a fost un preot care practica o asceză foarte severă; postea câte două zile la rând, iar uneori şi câte o săptămână întreagă. Viaţa lui de nevoinţă se centra în jurul acestor bravuri pe care le socotea din cale-afară de importante. Pe avva Iosif de la Panefisi îl vizitează tocmai pentru a vedea la el o viaţă şi mai aspră. Întâlnirea nu a fost, cel puţin în prima fază, la nivelul aşteptărilor pentru că bătrânul l-a primit după toate regulile ospitalității, i-a pus dinainte tot ceea ce avea şi a mâncat el cel dintâi, chiar dacă ucenicii lui Eulogios l-au avertizat pe bătrân că învăţătorul lor nu mănâncă decât pâine și sare."[156]

Prin urmare este bine să ştim că chiar dacă no ducem un mod de viaţă extrem de disciplinat nu trebuie să impunem propria disciplină asupra celor din jur. Aceasta fiindcă în nici un fel acest lucru nu este de folos şi este

[154] Traducere și adaptare de Augustin Păunoiu după articolul *La mort mistique*, Mgr. Georges Khodr, Revue Buisson Ardent, Nr. 4, 1998 apud https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/asceza-lupta-pentru-inviere-105990.html (accesat pe 21.12.2023).

[155]A se vedea Nicodim Măndiță, *Părăsiți calea pierzării* (Editura Lumină din Lumină, 1993).

[156] Paul Siladi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/asceza-tainuita-97164.html (accesat pe 21.12.2023).

mai mult o dovadă de mândrie în care noi ne arătăm superiori celor din jur. Teologul Paul Siladi continuă cu relatarea lui: „preotul Eulogios a rămas acolo trei zile, dar „n-au auzit nici o cântare de psalmi şi nici o rugăciune, deoarece gazdele îşi făceau lucrarea într-ascuns. Şi au plecat fără să se aleagă cu vreun folos“. La plecare însă au rătăcit drumul şi au fost nevoiţi să se întoarcă la bătrân. Acolo, înainte de a intra au auzit cântări de psalmi. Au fost primiţi cu bucurie şi fiind însetaţi de pe drum, au primit apă de la bătrân. Era un amestec imposibil de băut de apă de mare cu apă dulce. La insistenţele preotului Eulogios, bătrânul Iosif a trebuit să îşi descopere nevoinţa: „Paharul cu vin era al dragostei. Cel cu apă îl beau fraţii tot timpul“. În felul acesta „l-a învăţat pe preot să discearnă gândurile, tăindu-i toate apucăturile omeneşti“ .

Singurul scop al ascezei creştine, al întregii osteneli este acela de a plăcea lui Dumnezeu, Cel ascuns, Care vede în ascuns. Tocmai de aceea nevoinţa este o jertfă născută din dragoste, care, mai înainte de orice, este gratuită. Ascetul nu caută slava deşartă a virtuţilor părute, de aceea este cât se poate de precaut şi nu doar că se fereşte să îşi afişeze lucrarea, dar face tot ce îi stă în putinţă să menajeze intimitatea întâlnirii cu Dumnezeu. Aceasta este marea lecţie a avvei Iosif, un ecou al îndemnului evanghelic de a nu face paradă cu evlavia şi rugăciunea, acte fundamental intime, care scoase la iveală riscă să se denatureze, să îşi piardă sensul şi semnificaţia.”[157]

Am găsit de actualitate să prezentăm că disciplina este o parte integrantă din spiritualitatea creştin ortodoxă. Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că avem nevoie de spiritualitate şi de disciplină în aceiaşi măsură. Este bine prin urmare să vedem că o parte integrantă din asceza creştin ortodoxă este disciplina. Despre ea se vorbeşte din ce în ce mai puţin fiindcă pentru un ascet creştin ortodox ea este

- de la sine înţeleasă,
- evidentă prin sine
- şi fără prea multe alte implicaţii.

Ca să ajungem mari asceţi creştin ortodocşi ei bine mai întâi trebuie să fim oameni disciplinaţi. Dacă suntem

- dezorganizaţi,
- beţivi,
- narcomani,
- haotici,
- mânioși
- şi dezmăţaţi

ei bine şansele noastre de a fi asceţi creşti ortodocşi autentici sunt cât se poate de mici.[158]

Cu privire la discernământul ascezei tot teologul Paul Siladi continuă să ne spună: „pe de altă parte, remarcabilă este receptivitatea preotului Eulogios. Receptivitatea este de altfel una dintre caracteristicile care traversează Patericul de la un capăt la celălalt. Asceţii mai mult sau mai puţin renumiţi, la fel ca şi fraţii începători, Îl caută din toată inima pe Dumnezeu, Care le grăieşte mai ales prin oameni. De aceea când li se arată că un oarecare aspect al vieţii lor, oricât de neînsemnat, este nepotrivit cu voia lui Dumnezeu, sunt gata de schimbare (un maxim în acest sens este atins de bătrânul care propune ucenicului său inversarea rolurilor atunci când înţelege că tânărul avea o înţelepciune practică ce o depăşea pe a sa). Eulogios vine la avva Iosif ca un ascet aspru, sigur de vitejia sa în lupta cu trupul, şi pleacă un om cu discernământ şi măsură, care „a devenit socotit la minte, mânca a tot ce i se punea în faţă şi a învăţat şi el să se ostenească într-ascuns“.”[159]

Este bine să fim perceptivi cu mediul extern în care trăim. Aceasta fiindcă sunt mulţi care se vor mari

- revoluţionari
- şi mari reformatori

care cred că în cele din urmă vor putea să îi schimbe pe cei răi în oameni buni. De multe ori acest lucru nu are loc. este bine să ne dăm seama de acest lucru fiindcă dacă nu o facem

- vom suferii consecinţele
- şi vom avea de suferit.

Prin urmare dacă vedem că trăim într-un mediu viciat şi bolnăvicios cea mai bună soluţie este să plecăm de acolo. Nu trebuie să credem că suntem Iisus care ştim a adus pe mai mulţi păcătoşi la pocăinţă. Este adevărat că trebuie să le spunem celor contaminaţi de viciu că nu este bine ceea ce fac. Dacă nu vor să ne asculte ei bine cel mai bine este să plecăm de acolo.

---

[157]Idem.
[158] A se vedea Eftimie Athonitul, *Asceţi în lume* volumele 1 şi 2.
[159] Paul Siladi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/asceza-tainuita-97164.html (accesat pe 21.12.2023).

Este bine să ştim că disciplina este un lucru pe care cumva Dumnezeu la pus chiar în fiinţa noastră când a ajuns să creeze după chipul şi asemănarea Lui. Fiindcă trebuie să fim o asemănare a lui Dumnezeu trebuie să ne înfrânăm de la orice care nu ne-ar duce spre aceste înalt obiectiv. „În Biserică suntem în căutarea asemănării cu Dumnezeu, într-un proces continuu în care ne confruntăm mereu cu conflictul dintre realitatea noastră căzută şi sublimul chemării şi al scopului nostru ca fiinţe create de Dumnezeu şi membri ai comunităţii de credinţă. Totul ne pare destul de neclar, dar în lumina harului Sfântului Duh şi a Celui numit „Soarele dreptăţii", totul capătă sens şi strălucire, lepădăm tenebrele iubirii de sine şi ne îmbrăcăm în razele iubirii de Dumnezeu şi de aproapele."[160]

Cartea noastră evident că vrea să sensibilizeze pe cât mai multă lume despre nevoia de disciplină în lumea noastră. Creştinismul ortodox am arătat că este o religia disciplinei. De la disciplina din biserică şi până la disciplina ascetică a rugăciunii personale ei bine viaţa creştinului ortodox este una centrată pe această valoare.[161]

Iată de ce se poate spune că această carte este o introducere la problema disciplinei. Ceea ce propune această carte este că într-o lume în care avem un

- cult al banilor,
- un cult al puterii politice,
- un cult al celebrităţii,
- un cult al faimei,
- un cult al plăcerii sexuale
- sau un cult al violenţei

ei bine de ce nu am avea un cult al disciplinei?

Am arătat care sunt avantajele disciplinei în această carte. Aceasta fiindcă disciplina nu a făcut pe nimeni să aibă de pierdut. Disciplina din contră

- ne ajută,
- ne întăreşte,
- ne fortifică,
- ne face mai maturi
- şi de desăvârşeşte.

Iată ce spunea în acest sens Sfântul Vasile cel Mare: „îndeletniceşte-te cu smerenia, care este cununa tuturor virtuţilor, ca să poţi ajunge la culmea desăvârşirii, fiindcă dreptele principii de conduită nu se îndeplinesc altfel decât prin smerenie.

Fiule, înainte de orice, **îndeletniceşte-te cu smerenia, care este cununa tuturor virtuţilor, ca să poţi ajunge la culmea desăvârşirii, fiindcă dreptele principii de conduită nu se îndeplinesc altfel decât prin smerenie.**

Strădaniile de vreme îndelungată ale multora s-au nimicit prin mândrie. **Bărbatul smerit este asemenea cu Dumnezeu şi în templul inimii sale îl creşte pe Acela."[162]**

Am arătat în această carte că este cât se poate de evident că disciplina creştin ortodoxă este una care face accesibilă mântuirea. În sine disciplina creştin ortodoxă este parte din asceza creştin ortodoxă pe care ştim că

- o mărturiseşte
- şi o certifică.

Disciplina creştin ortodoxă este o investiţie care se leagă foarte mult de spusele lui Iisus că nu trebuie să ne adunăm comori aici pe pământ unde molia şi rugina le poate mânca ci trebuie să ne adunăm comori în cer unde molia şi rugina nu le afectează.

Disciplina este un lucru care se face conştient şi este bine să ne dăm seama de acest fapt fiindcă sunt mulţi care consideră că ea nu trebuie să fie în sfera conştientă. Este clar că nu prea avem cum să fim disciplinaţi când suntem inconştienţi.

Disciplina este adevărat că poate să fie şi un subiect profan. Ea este prezentă şi în sporturi problematice cum este boxul sau artele marţiale.

---

[160] Traducere şi adaptare din limba franceză de Silviu-Anton Lupu, după Sœur Cassiene, *De la grisaille de lâascèse à la lumière de l'Esprit, în Buisson Ardent. Cahiers Saint-Silouane L' Athonite*, nr. 12, Éditions Le Sel de la Terre, 206, pp. 100-112 apud https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/asceza-in-lumina-sfantului-duh-84055.html (accesat pe 21.12.2023).

[161] A se vedea Gabriel Bunge, *Practica rugăciunii personale după tradiția sfinților părinți sau „comoara în vase de lut"* (Sibiu, 2011).

[162] Sfântul Ierarh Vasile cel Mare, *Despre îndeletnicirea cu smerenia,* în vol. *Învățătură către fiul duhovnicesc,* Editura Mitropoliei Olteniei, Craiova, 2007, p. 38.

La fel de bine am vorbit aici că faptul că ortodoxia accentuează disciplina nu înseamnă că acest lucru este un fel de fixaţie religioasă ce nu are nici un sens şi semnificaţie. „Antichitatea păgână a pus la rândul ei accent pe cultura trupului. De la expresia artistică excesiv materializată a unei „filosofii somatice" (în tendinţă aristotelică) la nesocotirea materiei (cu efect platonician şi stoic), până la dispreţul nejustificat faţă de omul înlănţuit în sclavie (după prescripţiile Dreptului Roman), paradoxurile lumii păgâne au venit în contradicţie cu valoarea autentică a existenţei creştine. Pentru apologeţii Bisericii primare întrepătrunderea dintre mesajul Evangheliei şi conceptualitatea filosofiei păgâne a fost un prag de încercare. Ţinând cont de valoarea prescrisă a trupului, dovedită din grija arătată de Însuşi Hristos Domnul, apologeţii au vorbit adesea despre *perspectivele lui parusiace*. Pe de altă parte, spiritualitatea monahală a promovat, pe model platonician, o luptă continuă cu opacitatea unei materialităţi înrobite prin patimi. Cu toate acestea, stabilind echilibrul în extreme, Sfântul Grigorie de Nyssa, şi odată cu el toţi Părinţii Bisericii, se pronunţă cu o incontestabilă probitate teologică în disputa dintre spirit şi materie: „Cuvântul S-a făcut trup pentru a adapta trupul nostru la suflet... întrucât prin El se sfinţeşte întregul trup omenesc, pentru că Într-Însul fusese dintru început acesta sfinţit". Cu acest mare dat, „trupul omenesc nu mai este neînsemnat, ci se face «sălaş al sufletului», şi după cum alăuta şade în mâna muzicantului, «el se face tovarăş al sufletului în lucrarea sa pentru Dumnezeu». Asceza nu mai este descrisă ca o omorâre a trupului, ci, dimpotrivă, ca o înduhovnicire a sa. Trupul trebuie să devină pentru suflet ceea ce este sufletul pentru Dumnezeu, ca descoperirea slavei Creatorului" (Tomas Spidlik, *Piccole perle dei padri della Chiesa. Brevi riflessioni,* Gribaudi, Milano, 2007, p. 49)."[163]

Doi fizicieni discutau într-o zi.

- Ştii ce am observat?
- Ce?
- Toată fizica are reguli.
- Aşa este.
- Toate fenomenele fizice respectă aceste reguli.
- Da.
- Nu se poate vorbii de multă disciplină în fizică?
- Da evident.
- Tu erai conştient de această disciplină din fizică?
- Nu prea.
- Dar de reguli?
- De acestea da.
- Și eu vin să te întreb pe tine ceva.
- Ce?
- Cine pus toate aceste reguli în lumea fizică?
- Adică disciplina?
- Da.
- Dumnezeu?
- Da.
- Vezi că ştiam.
- Dar te-ai mai gândit până acum?
- Nu.
- Nici eu să fiu sincer.
- Și crezi că Dumnezeu este în spatele fizicii?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă altfel nu ar exista ordine în lumea fizică.
- Nu eram conştient de acest lucru.
- Ştii cum îl văd eu pe Dumnezeu în lumea fizică.
- Nu.
- Am să îţi spun.
- Chiar te rog.
- Este vorba de un experiment pe care oricine îl poate face.

[163] Ioniţă Apostolache, Ziarul Lumina, https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/grija-indreptatita-fata-de-trup-si-fata-de-suflet-188786.html (accesat pe 16.04.2024).

- Ce experiment?
- Dacă atârnăm un corp greu de un fir lung, corpul acesta trebuie să ajungă vertical cu şfoara pentru ca să stea liniştit; până n a găsit poziţia aceasta verticală el balansează încoace şi încolo, deci pentru el există numai o poziţie, unde-şi găseşte liniştea — cea verticală cu firul.
- Înţeleg.
- Şi care este înţelesul?
- Astfel este şi cu omul, el numai atunci va găsi adevărata linişte sufletească, dacă voinţa sa se asimilează voinţei lui Dumnezeu, dacă păzeşte poruncile Lui, ocoleşte răul şi se supune voinţei Lui.
- Foarte frumos.
- Ce este frumos?
- Ce spui.
- Adică?
- Numai dacă ești vertical poți fi în legătură cu Dumnezeu.
- Așa este.
- Ştiam de acest experiment.
- Dar nu te gândeai la el așa cum ți-am spus eu?
- Nu.
- Păi vezi?
- Ai deschis noi orizonturi pentru mine.
- Mă bucur.
- Eu nu vedeam pe Dumnezeu în fizică.
- Este cea mai mare problemă a fizicii de azi.
- Că nu se raportează la Dumnezeu?
- Da.
- În ce sens?
- Dumnezeu a făcut fizica pentru noi.
- Oamenii?
- Da.
- Asta așa este.
- Deci omul trebuie să se bucure de beneficiile fizicii.
- În mare parte se bucură.
- Dar nu conștient.
- Adică?
- Fizicienii nu văd lumea fizică venind de la Dumnezeu.
- Unii o fac.
- Acum ar fi?
- Isaac Newton.
- Da știu de el.
- Newton a fost un om foarte credincios.
- Așa este.
- Vezi că sunt și fizicieni credincioși?
- Poate am exagerat eu lucrurile.
- Așa este.
- Oricum mai multă credință în Dumnezeu nu ar strica în fizică.
- Crezi?
- Da.
- Cred că ai dreptate.
- Este Dumnezeu cel care ne-a făcut în dar fizica.
- Aş este.
- Acum știi ce mă frământă.
- Sunt lucruri bune.
- Care mă frământă?
- Da.[164]

[164]Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Din dialogul de mai sus ne putem da seama că putem fi în legătură cu Dumnezeu numai când avem o verticalitate morală. Este bine să ne dăm seama că în primul rând trebuie să implementam disciplina mai ales la copii şi adolescenţi. Gânditoarea Maria Budeanu spunea în acest sens: „adolescentul este la vârsta în care începe să se întrebe cine este el şi ce rost are în lume, cine şi ce este Dumnezeu, dacă există viaţă veşnică. În cazul în care profesorul nu aduce argumente solide în sprijinul afirmaţiilor sale şi nu-l tratează pe elev cu respectul cuvenit unui partener egal de dialog, dacă îl ironizează sau îl face să se simtă vinovat, urmarea este catastrofală: pierderea spirituală a acestuia. Ca urmare, adolescentul nu va mai fi preocupat de ora de Religie, considerând-o prea moralizatoare, şi va căuta alţi profesori deschişi la dialog.

Problema este că unora dintre dascălii formaţi în perioada „materialismului dialectic şi ştiinţific" le lipseşte calitatea de bază: credinţa.

Vorbind despre acest lucru, nu putem să nu subliniem că, pentru a contura la alţii o cultură spirituală solidă, profesorul de Religie trebuie să o deţină el însuşi şi să o practice, devenind, astfel, un model pentru „ucenicii" săi. Astfel, este imperios necesar să-l determinăm pe tânăr să ia atitudine faţă de religie, să nu rămână într-o stare de apatie şi indiferenţă la ceea ce se întâmplă în jurul său, să-i descoperim exemple morale şi un sistem de valori sănătos, pentru a nu mai fi tentat să aleagă din exemplele negative despre care citeşte în reviste/ziare sau pe care le vede la televizor sau în anumite medii."[165]

Profesorii trebuie să fie în primul rând ei oameni ai disciplinei pentru a ajunge să scoată din elevii şi studenţii lor oameni disciplinaţi. Aceasta fiindcă nu ai cum tu ca fiind profesor să fi un om fără disciplină şi în acelaşi timp să le pretinzi elevilor şi studenţilor tăi disciplină.

Mai nou ştim că religia este studiată în toate ţările din lumea ex-comunistă. Acest lucru ajunge să fie foarte important pentru profesorul de religie: „având în vedere misiunea profesorului de Religie, acesta joacă un rol de maximă importanţă în formarea unei personalităţi armonioase a elevilor prin atitudinile sale pozitive - încrederea acordată, îngăduinţa, îmbinată cu fermitatea, dialogul deschis - şi prin acţiunile desfăşurate. El îşi poate pune amprenta pe cristalizarea şi cizelarea personalităţii tânărului, pentru că este alături de acesta, ca factor educativ, din copilărie şi până la sfârşitul adolescenţei."[166]

Este evident că dacă de pe băncile şcolii elevul şi studentul ajunge să înveţe disciplina religioasă ei bine acest lucru îi va fi de mare folos în viaţă fiindcă va ştii că treacă peste momentele

- grele,
- critice,
- dificile
- şi limită

mult mai uşor.

Gânditoarea Şetfania Coşuleanu spunea în acest sens: „în acest sens, psihologia educației oferă informații despre mecanismele psihologice aflate la baza educației, pentru eficiență atât în planul învățării, cât și pentru starea de bine a elevilor și profesorilor. Matematica este o disciplină complexă, care presupune o anumită structurare a minții și implicarea raționamentelor logice. Pentru unii elevi deschide un univers fascinant, iar pentru alții produce o anumită anxietate legată de acest obiect. Profesor de matematică de peste 15 ani, Alina Grecu a studiat și psihologia, în prezent fiind doctorand la Facultatea de Psihologie și Științele Educației din București. Despre ce înseamnă a educa elevi, profesoara a menționat: „*Când predai, tu te predai,* spunea părintele Sorin Mihalache într-o conferință despre educație. Așa văd și eu lucrurile. Un profesor apare în fața elevilor săi cu puterea expertului dată de diplomele prin care este acreditat, dar și ca om întreg, cu modul său unic de a fi. El transmite, dincolo de cunoștințe, atitudini și un mod de a se raporta la realitate. Profesorul nu trebuie să se abată niciodată de la crezul său pedagogic, de la atragerea elevilor către cultură și de la fundamentarea unei educații etice. Matematica nu este numai despre cifre și calcule, ci și despre un mod de a gândi independent, despre o abordare logică a unor situații de viață. Matematica îți poate oferi instrumente de educație financiară, geometria te poate ajuta în aspecte de ordin gospodăresc, analiza matematică te învață că putem calcula arii și volume cu ajutorul integralei. Matematica este un limbaj universal, apolitic: în 1967, Alexander Grothendieck a mers pentru

[165] Maria Budeanu, Ziarul Lumina https://doxologia.ro/profesorul-de-religie-un-model-de-conduita-pentru-ucenicii-sai (accesat pe 15.04.2024).
[166] Idem.

trei săptămâni în Vietnam, unde a ținut cursuri de geometrie algebrică printre raiduri aeriene și atacuri cu bombe, instaurând un mod de rezistență prin cultură matematică”.”[167]

Se poate vedea aici că setea de cunoaştere trebuie să meargă în paralel cu disciplina în şcoală. Aceasta fiindcă trebuie să ştim că sunt mai mulţi care cred că de fapt poţi să fi un geniu în ştiinţe fără să fi disciplinat. Ei bine trebuie să ştim că geniu cere foarte mult disciplină. Evident că geniile sunt de mai multe ori dezorganizaţi în viaţa privată însă ei nu sunt deloc viaţa profesională (viaţa ştiinţifică).

Disciplina este un lucru care am arătat că începe în viaţa laică de pe băncile şcolii şi se continuă până la locul de muncă. Tot gânditoarea Ştefania Coşuleanu spunea în acest sens: „cunoașterea psihologiei învățării este fundamentală pentru un profesor, pentru ca roadele instruirii sale să fie cele așteptate de elevi, părinți și sistemul școlar. Cunoscutul psiholog Carl Rogers propunea câteva aspecte importante pentru conduita profesorilor în instruirea elevilor, printre care menționăm: răspunsul pozitiv la trăirile elevilor; utilizarea ideilor acestora să fie o bună bază a interacțiunilor în instruire; discuțiile cu elevii să fie făcute de pe poziții parteneriale; recunoașterea identității lor corelează pozitiv cu reușita școlară; discuțiile congruente cu aceștia să fie mai puțin formale; orientarea elevilor în conținuturile învățării are ca punct de plecare adecvarea la nevoile lor; și promovarea unei conduite autentice, bazată pe „zâmbetul tonic”, adică o stare de bună dispoziție.

„Relația dintre profesor și elevul său este fundamentul oricărui proces de învățare. O relație pedagogică bună presupune respect reciproc, implicare și siguranță emoțională. E important de știut că această relație evoluează în timp, având suișuri și coborâșuri. În pedagogie discutăm mult despre profesorul reflexiv, despre climatul emoțional (termen introdus încă din anii ’60), despre grit (termen introdus de Angela Duckworth), despre mentalitate de creștere (Carol Dweck teoretizează acest concept) și despre metode de învățământ (amintim cartea exhaustivă «Enciclopedia metodelor de învățământ» scrisă de prof. dr. Ion Ovidiu Pânișoara). Toate acestea reprezintă aspecte importante care condiționează învățarea”, a completat Alina Grecu.”[168]

---

[167] Ștefania Coșuleanu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/societate/psihologie/psihologia-educatiei-instrument-important-in-invatare-187138.html (accesat pe 15.04.2024).

[168]Idem.